

**気付く力と日本のもてなし**  
(日本文化を理解し訪日旅行者に伝えるための教材)

観光分野における教育認証のための  
情報公開ガイドライン開発と横断的教育教材の開発

学校法人浦山学園 富山情報ビジネス専門学校

# 気付く力と日本のもてなし

(日本文化を理解し訪日旅行者に伝えるための教材)

## 目 次

1. 礼法ともてなし		
本書の概要	… …	9
礼法ともてなし	… …	9
もてなしの心得とは	… …	11
2. 日本のコミュニケーション I		
第一印象は何故重要か	… …	15
三つの不快、認識は何故必要か	… …	16
「しつけ」とは	… …	18
「身嗜み」とは	… …	19
場面と目的	… …	19
3. 日本のコミュニケーション II		
好印象醸し出す三つのバランスとは	… …	25
二つの慎み	… …	26
距離感覚とコミュニケーション	… …	28
4. 思いやる心と行動		
気付きについて考える	… …	37
気遣いについて考える	… …	38
気遣い、気配りから生まれた行動	… …	39
叶う心	… …	43
察し合う心	… …	45
茶托のはなし	… …	47
江戸しぐさに見る叶い合い、察し合い	… …	50
襖の文化	… …	52

5. 日本人と季節感 I		
日本人と感性	… …	57
季節の種はどこにでもある	… …	59
季節の表現はバランス感覚	… …	59
季節の挨拶（年間計画）	… …	60
6. 日本人と季節感 II		
二十四節季を知る	… …	65
季節時計	… …	69
年中行事	… …	70
五節供	… …	70
地域の年中行事について調べて見よう	… …	87
お月様のはなし	… …	88
月に関する行事を調べて見よう	… …	89
7. 挨拶と言葉遣い		
挨拶の本質	… …	93
言霊という言葉	… …	94
自分の言葉を見直そう	… …	95
挨拶からはじめよう	… …	96
語彙を広げよう	… …	96
言葉の整えは実践主義で	… …	97
日常単語ベスト 10	… …	99
もてなし言葉ベスト 20	… …	100

8. 席 次		
上座と下座	… …	105
上座の位置は人で決まる	… …	107
日本式と国際式	… …	108
公式席次と儀礼席次	… …	110
床の間は何故上座なのか	… …	111
床の間の種類	… …	113
9. 日本のもてなし		
もてなしとサービスの違い	… …	121
準備の気遣い	… …	121
迎える心遣い	… …	122
送る心	… …	124
もてなしの構成要素	… …	125
和食の文化	… …	126
箸の国日本	… …	128
包みと結びの文化	… …	133
10. 外客のもてなし		
ますます増える訪日外国人	… …	139
外国人客にどう接すれば良いのか	… …	139
お客様の文化背景を把握する	… …	141
世界宗教人口ベスト3	… …	141
素朴な疑問に答えられる準備を	… …	142
地域のことについて調べて見よう	… …	143

11. 外国人から見た日本文化		
神々の国日本	… …	149
世界最古の国日本	… …	150
アニメ大国日本	… …	150
外国人から見た日本	… …	151
12. 付 録（食のもてなし）		
食習慣、嗜好による文化の違いを知る	… …	157
イスラム教を信仰するお客様	… …	157
ユダヤ教を信仰するお客様	… …	160
ヒンドゥー教を信仰するお客様	… …	162
ベジタリアンのお客様	… …	164
外国人客受入れ経験の蓄積	… …	167
アレルギーを起こす食べ物（参考）	… …	168



礼法ともてなし





## 1. 礼法ともてなし

### □本書の概要

外国人のお客様（訪日旅行者）は、私たちの想像以上に「日本」や「日本文化」に関して興味を抱いている。更に、私たち日本人が思い描く外国人向け日本文化とは趣の異なる場面や現象にも日本特有の文化を感じることも多いようである。また、それらに関して思い掛けない質問を受けることが多々ある。そんな時に、的確な情報提供が出来るよう、予め日本文化、日本の食文化、郷土の歴史、民俗、地元市町村の規模、地域の産業、農水産物、名物等に関する正確な知識を準備し、身につけておいた方がよい。

また、外国人客の日常には無い、日本の公衆ルール（例えば、日本の風呂の入り方や和食の食べ方、箸使い、畳に敷いた布団で寝ることが出来るか等々）への理解を求めるための情報提供が必要であろう。そのためには、もてなす側の日本文化理解が重要であり、情緒豊かな感性と知識を備えることが求められる。

コミュニケーションやもてなしの基本的考え方を、日本の長い歴史の中で培われてきた心、日本人観、古来伝わる作法の成り立ちの背景や意味合いを検証し、文化を背負った「もてなし」の在り方を理解する。

### □礼法ともてなしの感性

もともと武家の暮らしから育まれた礼法は、武士達に秩序ある心豊かな関係を築くために生まれたものであった。

礼法とは、相手のために自分はどうか対処すればいいのか、相手に対する気持ち『心』を如何に表現し、誤解なく伝えるか、ということ

ころから発生している。自分をよく見せようという類のものではない。

どうしたら相手に不快を与えずに済むか、どのようにしたら喜んでもらえるか、どのようにしたら役に立てるか、どのようにしたら・・・、というように、相手のために、また、相手に失礼がないようにと、常に考え工夫して行動しているのである。

この、相手に対する心の表現方法として、基本的な形式が生まれ、作法としてのルール化が進むのである。

それは、日本人が長い歴史の中で様々な経験の積み立てのうえで、その時代々に合わせた改良を加え、築き上げてきたものである。

礼法とは、「互いに心を通わし、和を求め合うための行動規範」といえる。即ち、マクロ的には、人間の生涯を通じた行動のあり方、また、ミクロ的には、日常朝起きてから寝るまでの行動のあり方、対人との円滑なコミュニケーションの図り方を追求するものであり、現代生活のあらゆる場面に応用していくための基本とされるべきものなのである。

したがって、上辺だけの形を覚えようとしたり、形式さえ踏めば礼儀に叶っていると曲解していたり、マニュアル崇拝で融通、応用の利かないような行動は論外となる。

心と行動が離れてしまっただけでは、本末顛倒になりかねない。

「パターンに捕われ過ぎず、臨機応変に無理のない方法で、心のこもった自然な状態で、コミュニケーションを図ること」、これこそが礼法の真髄であり、もてなしの原点なのである。

## □もてなしの心得とは

日本は「叶い合い」「察し合い」の文化、情緒的な文化といわれる。この無形の気質を重んじる文化は日本独特なものである。

そもそも、「もてなし」とは、相手にそのひと時を心地よく過ごして頂けるよう心配りをするることである。

それには、接遇全般、食の提供、玄関や部屋の設えや飾り付け、安全対策等すべてを含む。相手という対象が誰なのか（構成人数、年齢、性別、出身国、宗教等）によって、多少なりとも対応の中身を変化させることが求められる。何故なら、一律のパターン化された対応では、真の「もてなし」とはならないからである。その場の状況や相手の状態に気付き、フレキシブルな対応が要求されるのである。

ビジネスであれば、それぞれの場面で提供できるサービスに情緒的なサービスを乗せることで大きな付加価値が生まれるということである。そのためには、個人の資質と気づきの感度を高める必要がある。

しかし、この「察し」の気持ちが、相手が外国人客となるとなかなか伝わり難いものである。「きっと分かってもらえるだろう」というような日本人的発想ではこちらの意図した内容や気持ちが伝わっていない場合が多い。日本人特有の曖昧な表現は相手にとっては理解し難く敬遠されるのである。

相手に対する気持ち「心」を形として表現することが必要であり、なぜこういう形の表現なのか、また、方法なのかを説明できる知識や情報を得ておくことも重要である。



## 日本のコミュニケーション



## 2. 日本のコミュニケーション I

### □第一印象は何故重要か

私達は、たくさんの人との関わりの中で生活をしている。人との出会いは、正にその第一歩。今後の関係や付き合いの行く末を左右する重要な場面といえる。

相手が受けるあなたに対する第一印象は、あなた自身を評価するひとつの基準としてインプットされることになる。相手にとって、良い出会いなのか否かが、そこで決定付けられてしまうといっても過言ではないだろう。

もし、悪い印象として受け取られてしまったなら、どうなるだろうか。あなた自身のみならず、あなたが企業人であれば、所属会社の態勢、学生であれば学校の教育環境や教育方針、個人としてなら家庭環境や育ちまで、いらぬ連想をされかねないのである。

これは極論だが、個人に対する印象の良し悪しが、その人と関わりのある周りの人達の評価にまで及んでしまうとなれば、いかに出会いの瞬間が大切なものか、ご理解頂けると思う。

皆さんも、今までの経験から、初めて出会った人に対する印象が好印象である場合と、そうでない場合を比較してみてもらいたい。再び出会った時の対応には必ず違いが出てくるはずである。コミュニケーションを図る上で、特に後者の場合であれば、応対の仕方に初対面の時よりも、何らかの気遣いをするようになるだろう。

この経験を相手の立場や気持ちに置き換えてみた時、はじめて相手に不快を与えない様に、また、気を遣わせない様に、という自分なりの対処の仕方が見えてくるのである。

仕事上（接客、営業、訪問等も含めて）の出会い、同僚や友とな



り得るプライベートの出会い等、お互いの立場や相手の違いで、対処法を工夫していくことになるのである。

まずは、相手が不快と感じてしまう要素を認識し、取り除くことから始めてみよう。

### □三つの不快、認識は何故必要か

自分をよく見せようとするパフォーマンスに終始することなく、好印象を醸し出すためには、相手への気遣いが基となる。

最も優先されるべきものが、不快を与えないための気遣いである。

人間の身体は、五感から情報を取り込んでいる。視覚・聴覚・嗅覚・触覚・味覚のうち、触覚や味覚は、直接触れたり食べたりしないと分からないが、視覚・聴覚・嗅覚は、身体から離れたところの情報を最も早くキャッチする感覚である。

しかも、本人の好む、好まざるに関係なく、強制的にとり込まれてしまうのである。

したがって、相手の視・聴・嗅の感覚器から不快な情報がとり込まれない様に、または、不快な情報を自ら発しない様に、自分はどう対処すべきなのか、という考えが生まれてくる。

そこから、身嗜みや立居振舞について、また、便利、安全、静粛（雑音を抑える）の気遣いや行動についての工夫に発展していくのである。

ここで、三つの不快について具体的な例に触れておこう。

### ☆目から入る不快

例えば、身嗜み、お洒落についていえば、場面にそぐわない服装をしている。清潔さが感じられない。表情に爽やかさが無い。プライベートとオフィシャルの場面を混同している等。

また、動作、行動についていえば、横柄な態度、人に対する配慮や安全の配慮、心が感じられない等々。

本人の性格や良さを知る前に感じ取ってしまう部分、その人の個性として片付けられない部分を不快と感じるのである。

職場での身嗜みや服装の着こなし、また、洗練された立居振舞を意識した訓練が必要になる。

### ☆耳から入る不快

これは、日常の動作すべてに係ることであるが、雑音に対する配慮、音に対する意識付けが必要な部分である。

私達は、動けば必ず音を伴う。物を置く、扉を閉める、歩く等の物理的な音、しゃべり声や生理的な音。これらを場面によって音量調節できる配慮、消音する配慮が求められることになる。

今現在の場面で、必要としない音、突発的な音、じゃまな音を不快と感じるのである。心地良いはずのBGMも、音が大き過ぎては、不快の要素に変質してしまうということである。

また、言葉遣いについても、洗練された美しい言葉、正確な日本語を意識した訓練が必要になる。

### ☆鼻から入る不快

不快な匂いにも色々ある。いやな匂いを抑えることは当然のこととして、例えば、香水や整髪料等の嗜好としての香りも、匂わせ過ぎは不快の要素となってしまうということである。

食事の場面などでは、料理の繊細な香りが打ち消されてしまうこともあり、特に気を遣う必要がある。

また、接客を専らの仕事とする立場の人は、その香りが自分の好みであっても、お客様の嗜好に合わない香りだったり、強すぎる香り付けだったりすると、クレームの原因にもなるので、男女共に化粧品は微香性や無香料の物を使うよう心がけたいものである。

香り付けも、場面をわきまえた配慮が必要になる。

#### ☆古文書に見る不快の要素

室町時代の古文書にも、「殿様の近くで、大声で雑談する行為や鼻をかむ音、戸の開けたての荒い音、大きな足音を立てる事などは粗雑で愚かな事である」

「目上の人の前で膝を組んだり腕組みをしたりしてはいけない」

「髪や小袖に香を焚いて香り付をすることは良い事であるが、匂わせ過ぎは愚かな事」という記述が見られる。

相手を感じ取る不快のリスクを取り除くために、自分自身を「しつける」ことが必要となるのである。

## □「しつけ」とは

形式をたくさん知るよりも、まず、基本的な要素を取り込んで、自分自身の身体を整えることが重要である。

なぜならば、自分の基準となる形、動きを整理して身につけ、その組合せ、積み重ねに「心」が伴って、はじめて形式が生きるからである。

これを『躰』という。

そもそも、「しつけ」とは、田植えのことを意味し、稲の苗を縦横に正しく曲がらないように植え付けることを表す言葉である。

また、縫い目を正しく整えるために仮にざっと縫いつけておくことや、着物や服の型崩れを防ぐために縫いつけておくことも「仕付け」という。日本人は、この乱れないようにするという意味を人に重ね、礼儀作法を意味する「しつけ」に「躰」の字を当てたのである。

基本は、自分自身をしつける行為から始まる。

形を癖にするまでは多少訓練を要するが、コツさえ掴めば、すぐ身に付けることができる。

まずは、全ての動作の原点となる、「姿勢」「おじぎ」の整え、そして、本書では触れないが、ビジナスマナーにある基本動作をしっかり身に付けておく必要があるだろう。

## □「身嗜み」とは

辞書を引いてみると、「身嗜み」とは、身のまわりの注意・頭髪を整え衣服を正しく着る・身なりを正す心がけ、などとある。

要は、『自身の姿を整える』ということであるが、何故それが必要なのだろう。何のために身嗜みに気を配るのか、もう一度考えてみよう。

私達の行動には必ず目的がある。

身嗜みについても確りとした目的が存在するのである。

身嗜みとは、「相手に不快を与えないために自身を整える」という考え方から出発するのである。

## □場面と目的

自分は、これからどこへ行くのか、誰と会うのか、何をするのかによって、身嗜みの整え方は変化する。服装を始めとする身なりの整えだけでなく、身のまわり（持ち物）の整理も身嗜みに含まれることになる。行動の目的によって携行品の内容も当然変わってくるからである。

私達の生活の様々な場面を大別すると、主に3つの場面に分類して考えることができる。

### ①公的な場面

学生ならば、家を出て学校へ向かう登校時から、学校が終わり帰宅するまで。学校行事や放課後のクラブ活動時間帯なども含まれる。

企業人ならば、仕事をしている時間帯や会社の行事、また、退社後でも、仕事に関連する付き合いなども含まれる。

家庭人としてなら、よそ様へお伺いする場面や、お客様をおもてなしする場面など、対社会的な場面を公的な場面と捉えることができる。

## ②私的な場面

仕事や学校が終わり帰宅してからの時間帯、家族団欒の時や休日など、時間的な拘束から離れて過す場面。自分自身が自由に楽しめる場面を私的な場面と捉えることができる。

## ③社交的な場面

私達の生活では、冠婚葬祭の式典行事に属する場面が中心になるが、その他パーティーや音楽会などのフォーマルな場面も含めて社交的な場面と捉えることができる。

これらの場面の内、どの場面に相当するのか、また、その場面の中で何をするのか、どんな立場で行動するのか、その行動の目的や内容は何なのか、どういう人と会うのか、と絞り込んでいけば、その目的や場面に即応した身繕いに繋がってくるはずである。

場面が分かり、更に行動予定や目的がはっきりすれば、そのシーンに合った服装（形、色合い、機能性、場合によっては安全性）について、どういうものが良いのか、また、その服装に合った靴や小物、女性であればアクセサリやメイク、髪型までトータルなコーディネート感覚を持つ着こなしに繋がるのである。

ここで忘れてはならない事は、身嗜みに気を配り、お洒落をするという事の目的である。

自身の姿を整えるということは、人より目立つためではなく、自分と接する相手に『不快を与えない』ための気遣いであるということをお前提にしている。

したがって、清潔感がある事、自分に似合っている事、場の状況や相手の心に合わせた身嗜みである事などが最低条件となる。

また、お客様や初対面の人と折衝する機会の多い仕事や、営業を中心とする渉外など、社外で人と接する仕事に就く人などは、特に身嗜みの意識が必要となる。

人と対面する前には、必ず頭髪の乱れやネクタイの曲がり、衣服の乱れを確認する心掛けは勿論の事であるが、それ以前の問題としてワイシャツやブラウスの襟や袖口の汚れ、靴の汚れなどが目立つようでは、その人の性格が写し出されているようで、清潔さが感じられない。印象がマイナスに作用しかねない状態であれば、相手にとっても気持ちの良い対面とはならず、結果的にビジネスに結びつかない事すらあるので要注意である。

時には社用で取引先との会食や式典に参加するなど、仕事の一部として会社から出向く事もあるだろう。

そんな時、同じビジネススーツであっても、状況によってはネクタイだけでも替えるとか、靴を脱いで座敷に上がるようであれば、ソックスやストッキングの履き替えを用意しておくことも必要であろう。

また、メイクや髪型、爪の長さやマニキュアの色まで、厳しく制限している職場もあるが、仮に制約がなくても自分の立場や仕事内容を十分考慮した身嗜み、ビジネス用とそれ以外の場面とに区別したお洒落、TPOに従った身繕いができる事が重要である。

## ☆古文書に見る身嗜み

鎌倉時代から江戸時代初期の古文書にも、男には男の、女には女の身嗜みやお洒落についての記述がある。

女性の身嗜みについて、「薄化粧に心がける事、化粧崩れしやすい鼻や唇には常に意識を持っていないと、気付かぬうちに化粧が散り、見苦しい姿になってしまうので気を付ける事」

「時間の経過と共に乱れた化粧や髪、着物の合わせなど、姿をその都度整える習慣をつける事」

更には、「人と対面する時は自身の姿を鏡で確認してから出る事」等、対面した相手に不快を与えないように気遣いをした身嗜みを心掛けていた。

また、戦国武将の身嗜みとして、水浴で身を清め、頭髪や爪の手入れは勿論、何時も綺麗な下着を着け、香り付も女性のような焚物ではなく薬効のある「かつ香」や「丁子」などの香草で香り付けをし、顔色がすぐれない時や戦の時は頬紅を使う、という作法があった。

当時の武士達の常に死と隣合わせの生活、死生観が美意識を育み、こんな身嗜みが生まれたのであろう。身嗜みの現れ方にも、その時代背景やライフスタイルを垣間見ることができるのである。





### 3. 日本のコミュニケーションⅡ

#### □好印象を醸し出す三つのバランスとは

相手が感じ取る不快要素を少しでも抑えるためのポイントとして、まず考えておかなければいけないことは、バランス感覚を持つということである。

ここで言うバランスとは、身嗜み、行動、言葉遣いのことであり、これは、ビジネスであれ、プライベートであれ、どんな場面でも必要となるバランス感覚といえる。

例えば、お洒落を含めて身嗜みに気を遣い、完璧なまでに仕上がっている人がいたとしよう。私達は、その人のイメージ写真を見ているのではなく、生身の本人と直接対面しているのである。

ファッションセンスは完璧でも、姿勢や動きがだらしなかつたり、しゃべり言葉がその場に馴染まなかつたりしたらどうだろう。外見から受けた印象と、実際の印象とのギャップがあり過ぎて、返ってその人の評価を下げる結果になってしまうのではないだろうか。

三つの要素のうち、どれが出過ぎても足らなくても、バランスが崩れてしまうために生じるマイナス評価を避けることはできないのである。

しかし、すべてをマニュアルどおりに完璧にこなし、バランスがとれていたとしても、そこに『心』が伴っていなければ意味がない。

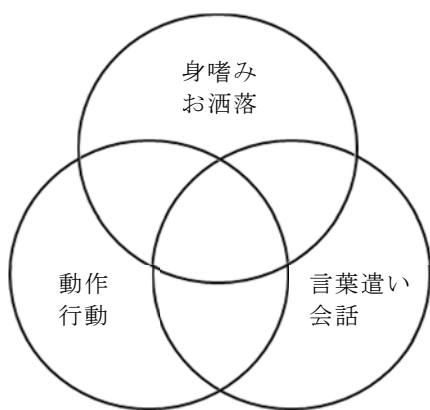
では、どうなれば「良し」とするのか。

一つの要素を100点満点として、全てが満点でないといけなく、仮に60点ずつでも平均している感覚の方が、ベターだという事である。バランス感覚さえあれば、多少崩れていたとしても、

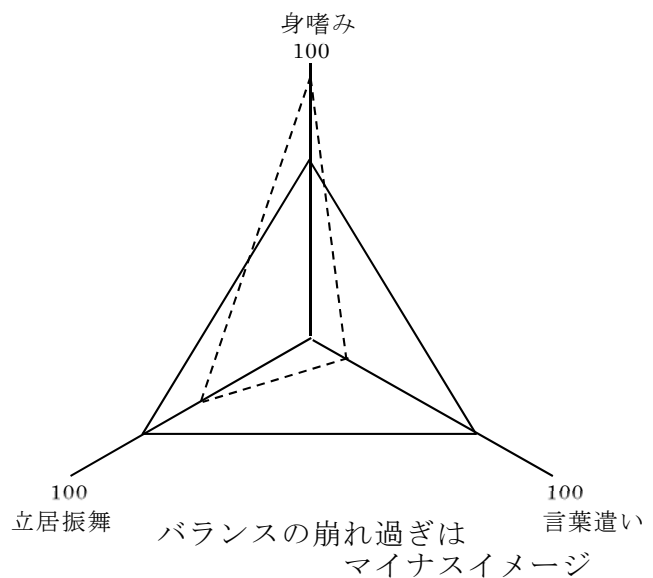
その人となりが出て、より自然であるといえる。

無理をした部分は、必ずボロが出ると心得ておくべきであろう。

### ☆好印象を醸し出すバランス感覚



バランス感覚で好感度アップ



### □二つの慎み

不快の要素を取り除き、バランス感覚を整えるための条件を、内面の問題として捉えてみることにしよう。

慎みの心を持つということは、あらゆる気遣いに直結する重要なポイントとなる。

『慎みの心』などと聞くと、とても重く感じてしまいそうであるが、実は、そんなに大変な事柄ではない。

皆さんの内面に、必ず潜在している「心」の一部を、少し整理しておくことで容易に理解できるのである。

日本のコミュニケーション文化は、人や場面との調和を大前提に掲げている。この、調和を崩さないための心の持ち方を、ここでは、『慎み』という言葉で表現するのである。

私達の生活で必要となる慎みは、二つに大別できる。

第一に挙げられるのが、非リラックスということである。

これは、「常に緊張していなさい」というものではなく、人と交わる時には、何時でも相手のための気遣いができている態勢、また、自分が失敗や粗相をして、相手に心配を掛けたり、失礼したりすることがない様に意識できる態勢を、何時も心の片隅に必ず留めて行動するということである。

これを、仏教用語を借りて『安楽度の慎み』という。

第二の慎みは、非顕示ということである。

一般にいわれる作法の分野で捉えてみれば、例えば、マニュアル崇拜、形式第一主義で融通、応用の利かない行動。

また、自分をよく見て貰いたいとか、人に気に入られようという行動が、如何にも見て取れる様なパフォーマンス先行型の行動を慎むということである。

これを『自己顕示の慎み』という。

これらの心を忘れると、状況判断も鈍り、自分勝手な振舞いや、わがままな行動が必ず見えてくる。結果的に不快の要素に直接結びつく種になってしまうのである。

古文書の言葉を引用するならば、『わが心十分に似たり』といっ

て、身勝手な振る舞いを慎むよう戒めている。

この二つの慎みは、場の状況を見極め、人の存在を意識した行動やサービスの根幹に大きく影響するものであり、コミュニケーションとしてすべての行為に絡む『キーワード』となる。

もてなしの行為も、サービスの押し付けになっていないか、場面や相手の状況に照らして常に検証する必要がある。

## □距離感覚とコミュニケーション

### ☆テリトリーと距離

皆さんは、鳥の群れが電線に止まっている光景を観察したことがあるだろうか。椋鳥などは、それぞれ10cmくらいの距離を置いて等間隔で並んでいる。別な仲間が後から割り込もうとすると、争いになったり、弱いものと入れ替わったり、無理に入り込めば全部が並び変わり、また、等間隔に落ち着くのである。じっくり観察していると、なかなか面白いものであるが、彼らは、自分を守るための見えない壁を持っていて、その内側に入り込まれることを嫌い、本能で互いの距離を保っているのである。

人間も例外なくその感覚を持っていて、見知らぬ人に必要以上に近寄られたり、自分の感覚として持っている程度の距離よりも踏み込まれたりした時にストレスを感じるのである。

家族や恋人、仲間同志はともかく、人と接する上では、相手の私的空間（パーソナルスペース）の存在を意識に留めた距離感覚を身につけておく必要がある。

## ☆畳結界説

「結界」は仏教用語で、聖地と俗地を隔てるという意味であるが、先祖達は、日常にもこうした空間の秩序、いわば精神的なプライバシーを保つための境界を取り入れていた。

客の座る畳と亭主の座る畳を区別し、縁をその境として、お互いの領分を侵さないように心遣いした作法がある。

例えば、茶を出すにしても、客の座っている畳の縁外に茶碗を置き、客が自分で縁内に置き換えてから茶を頂くという方法も、縁を境に客のプライベートな空間を尊重し、むやみに侵さないという心を反映しているのである。

## ☆畳の幅

伝書にも、「貴人に対面する時や挨拶する時の距離は、畳一、二畳、隔てる事、その距離は間取りの広さにより変える事」また、床の間を拝見する時も、「間を一間（畳の縦の長さ）ほど置いて見る事、また、近くで拝見する時でも横畳の幅を隔てる事」として、畳の幅を基準にして距離を保つことが記されている。

## ☆検証してみよう

座礼にしても、立礼にしても、お辞儀をする場合に横畳の幅を基準として最低一枚隔て、互いの頭がぶつかったり、頭の先にわずらわしさを感じたりせずに、深めのおじぎができる最低の距離を確保してみよう。

また、相手が正座している時や椅子に腰掛けている時を想定して、座っている人は、立っている人が正面からどの位まで近寄ると、わ

ずらわしさや違和感を覚えるのか、最低限度の距離を体験的に割り出してみよう。

相手の目の高さによってもその距離は変わる。どちらにしても、畳の横幅の感覚がヒントとなるので、しっかりと検証することが大切である。

### ☆目的と距離感覚

物を受け渡す（手の届く）距離、会話をする距離、挨拶をする距離はそれぞれ違うはずである。

免状や辞令を受け取る時、「三步ほど手前で一礼してから前へ出て、受け取ったらまた三步下がって一礼」などという方法が一般的であるが、これも、おじぎをする距離と手の届く距離の違いを、はっきり分けて形式化したものである。

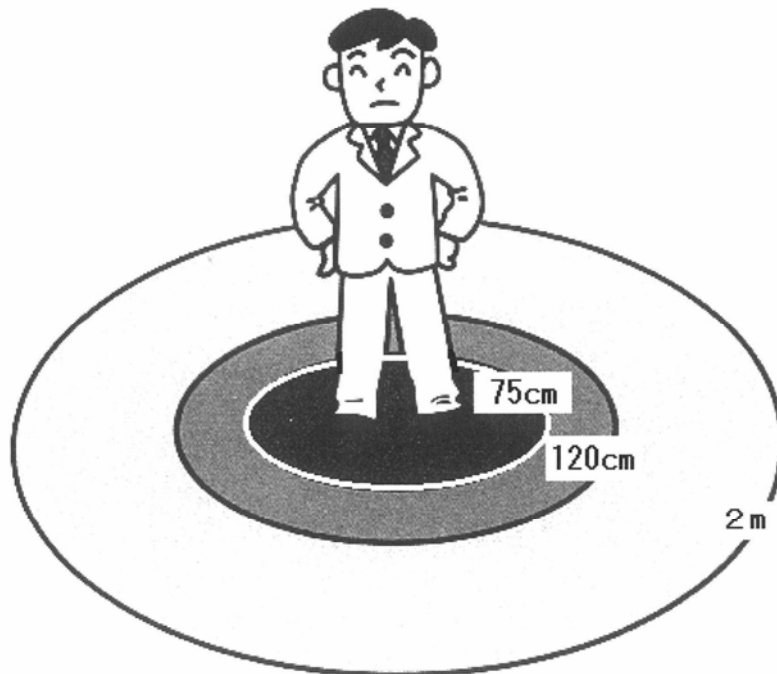
オープンスペースでの距離感覚は、自身の大きさ（身長、幅、手の長さなど）をよく把握し、その目的の行動と、相手の心理を考慮して体験的につかんでおく必要がある。

容易に手の届く距離、例えば握手のできる距離は約75cmで、その範囲が相手のプライベートな空間と考え、（そこに「結界」を設け）それ以上は決して踏み込んではいけない領域と考える。

畳の横幅は約90cm、そこに膝頭をあわせて正座で向き合えば、お互いの身体の距離は約120～130cm。立って向かい合っている時も、この距離が深めのおじぎのできる最低限度の距離となる。また、離れても約2m（畳の縦の長さ）が一つの目安である。

企業マニュアルなどでは、相手との距離感覚として、75cm～2mの範囲をパーソナル（私的な）空間、2m以上をパブリック（社会的な）空間として線引きしている。

更に、私的な空間を120cmで線引きし、深いお辞儀ができる挨拶の距離と会話や物の受け渡しのできる距離に分ける。



これは、アメリカの文化人類学者のエドワード・ホールのパースナルスペースの考え方を基に、相手（お客様）の心理を捕らえ、より良いコミュニケーションを図るためのデータから割り出した距離基準であるが、古来、日本の伝統文化の中に培われてきた心理や距離感覚とピッタリ重なることは驚きでもあり、興味深いところである。



この距離感覚が理解できると、お客様に対してどの距離で最初の声掛けをし、どこで会話をするのが良いのか計算できるようになる。

まず、パブリックスペースからの声掛け（いらっしゃいませ等の挨拶）をし、その後に、2 m～75 cmの相手（お客様）のパーソナルスペース内にお邪魔して、会話や商品説明、物の受け渡し作業をするという行動手順が生まれるのである。

小売店で、パブリックスペースからの声掛けなしに、いきなり店員さんが近づいて「いかがですか」などと背後から声をかけられたとしたら、大抵の人は、見ているだけなのに、買わされるという危機意識が芽生えてしまうものである。正に客との距離を<sup>たが</sup>違えてしまった故の失敗例である。

もてなす側にとって、相手（お客様）との距離を見極め、適正に保てる能力を身に付けておくことは、重要なポイントである。

MEMO



## 思いやる心と行動



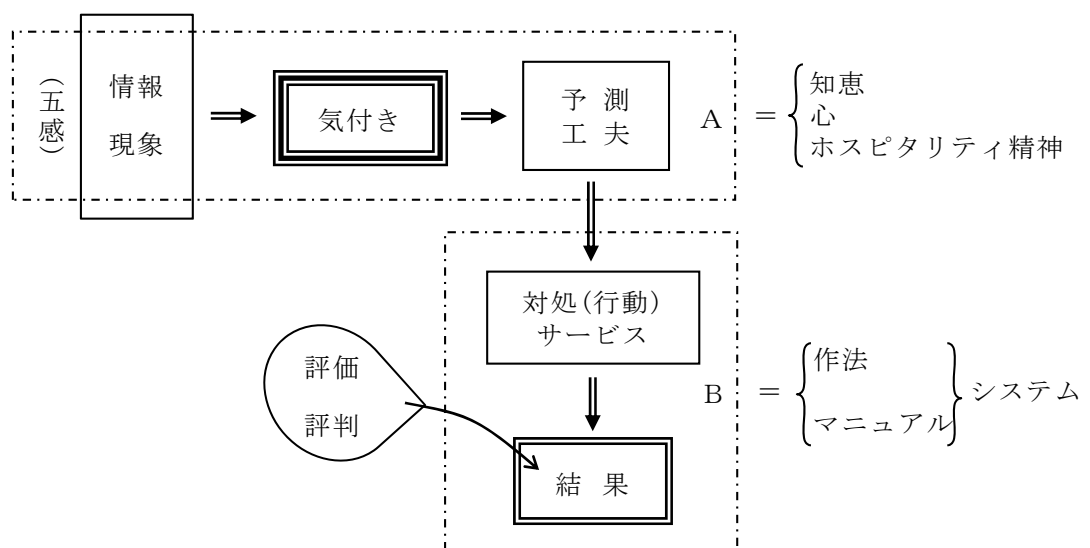
#### 4. 思いやる心と行動

私達は、たくさんの人との関わりの中で生活し、行動している事は周知のとおりであるが、もう一步踏み込んで考えてみたいと思う。

##### □気付きについて考える

本書の中にも「気遣い」「気配り」という言葉がたくさん使われている。いくら心で思っている、それが行動として表現できなければ意味がない。

これらの行動は、人との関わりの中で、自分は今何をすべきか、どんな行動をしたらよいのかを、その場の状況に照らして『気づく』ことから始まる。



「気づき」があるから、物事の『予測』ができ、そこから、安全、便利、静粛、サービス等について、「気遣い」や「気配り」のある行

動の工夫に結び付くのである。

自分の頭で考え工夫することこそが重要であり、臨機応変な対応の源泉となるのである。

「お客様の情報やその場面の状況、また、その時々現象に気付いて工夫する」、この一連の思考を「知恵」或いは「心」という言葉で表現する。

「心あるサービス」「スタッフの気働き」に接して感激した、というような評価を受けたなら、正にこの思考から発した行動の結果といえるのではないだろうか。

日本独特の情緒的サービス、もてなしは、この思考を生かさなければ成立しないのである。

## □気遣いについて考える

「気遣い」「気配り」のある行動は、私達の生活のあらゆる場面に適応させなければならない。そこに、労わり、思い遣りの心が潜在しているからこそ、より良いコミュニケーションが図れるのである。

人を思い遣り、労わることは簡単そうでいて意外と難しい。いくら気持ちがあってもそれを行動に移すとなると、困ってしまうことが多いのである。

いざとなると、どういう方法が正しい作法なのか、何が正式なのか、急に自信がなくなってしまうたり、自分の行動に不安を感じてしまったりと、本来「相手のための行動」のはずが、単なる「形式」だけの行為に変質してしまう場合が多い。

また、どうにしたら良いのか迷っているうちにタイミングを損ね

てしまったり、相手を不愉快にさせてしまったり、また、相手の心に負担を掛けてしまう行為や、相手のためになっていない意味のない動作になってしまうこともあるだろう。

これでは、折角の行為も台無しである。相手に対する行動には「慎みの心」が伴って、はじめて礼に叶うことになるのである。

コミュニケーションに関する作法の背景には、この相手を「気遣う」という心が存在していることを忘れてはならない。

接客サービスに関するマニュアルにある形式は、表現方法の一つの目安であり答ではない。方法を暗記するのではなく、何故そうするのかという、その心を読むことで気遣いが理解できるのである。

## □気遣い、気配りから生まれる行動

気遣いから生まれた作法の内、最も身近で理解しやすい例として、物を受け渡すという行為について考えてみることにする。皆さんの手近にある品物を人に渡す場合を想定してみよう。

物には殆どの場合、前後、左右、上下、表裏があり、また、物によっては、持つ位置、扱い方が決まっている。相手に渡す訳であるから、当然、受ける側に立った気遣い、発想が必要となる。

まず、相手が受け取りやすいこと、取り落としたりする失敗をしないこと。更に、使い易いように、危険がないように、見易いように…という気遣いを重ねて行くことになる。

☆道具であれば、相手が受け取った瞬間から、そのまま道具として機能するような渡し方。

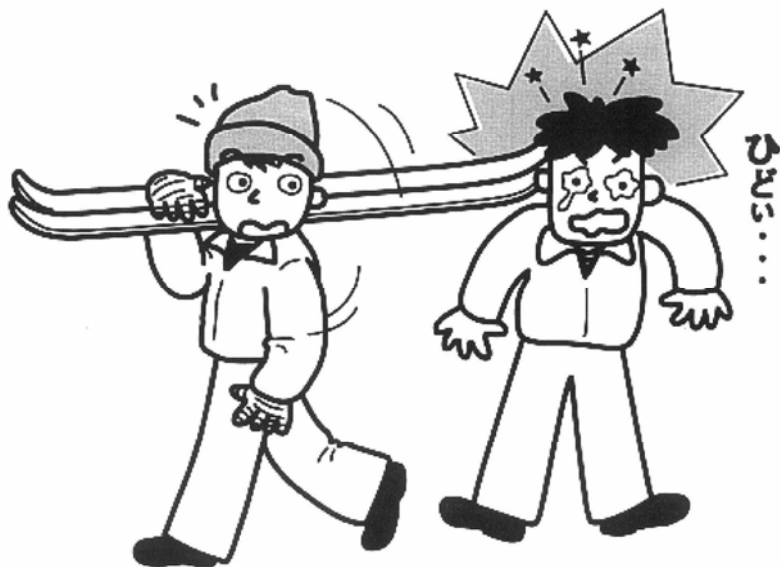


☆書物や名刺ならば、相手がそのまま読める向きにした渡し方。

☆先の尖った物ならば、危険が及ばないよう相手に先を向けずに渡し方。

☆長い物であれば、周囲にぶついたりしないような配慮に加え、幅を取らないように立てた渡し方。

☆柄のついてる物であれば、相手が左右どちらの手で使う物なのかを考慮した渡し方。



このように、安全、便利、静粛、サービス等、相手の状況、渡す物の性質に気付き、その扱い方や行動の中に、予測と工夫を積み立てるのである。

具体的な例として、ボールペンを相手に渡すことを想定してみよう。

ボールペンのキャップを被せたまま渡せば、相手はキャップを外さなければ書くことができないので、使いやすさへの配慮が欠けていることになる。また、ペン先を相手に向けて渡せば危険な渡し方になる。横にして渡せば受け取る側は一度取り回さないと書く動作に入れない。

相手がペンを受け取ってすぐに書く動作に入れる向きとなると、ペン先を下に向けて（自分が書く時の持ち方を想定した向きして）立てて渡すという発想になる。

更に、渡す前に試し書きをして、使えることも確認してから渡す気遣いが加わるのである。

また、相手がそのペンを携帯するのであればキャップを被せて渡さなければその目的には叶わない。

このように、ボールペン1本渡すだけでも色々な配慮、気遣いが積み重なって一つの形が成立するのである。

物の扱い方として、つい雑に扱いやすい小物を重々しく大事に扱う気遣い、逆に、重いものを軽々と扱うことで相手の心の負担にならないようにする気遣いも、古来作法として伝わる。

ホテルや旅館で、お客様の貴重品をお預かりしたり、荷物を部屋まで運んだりするベルスタッフを始め、フロント、クローク、キャッシャーなどでは、特にこの心得が必要となる。

お客様をご案内する時に、自分が先に立って先導するのか、お客様を先にして自分は後ろから行くのか、また、その場合お客様の左

右どちら側に位置すれば良いのか、階段ではどうするのかという質問がよく出てくる。“答は簡単” その場の状況に応じて臨機応変に入れ替わるということである。

要は、お客様を目的の所まで、迷わず、安全に、合理的にご案内できれば良いわけで、円滑に事が運べば礼を失する事はない。

一番重要なことは安全への配慮である。母親が幼子の手を引いて道を歩いている時、左右どちらの側に子供を置くだらうか。殆どの場合、親が車道側で子供は車の往来から離れた歩道側、という位置関係になるはずである。その「気遣い」が大きなヒントになるのではないだろうか。

室町時代の古文書にも、貴人の供をする時の作法として、関連する記述がある。

心得として、屋敷の門戸の出入りのように見通し悪い箇所では、意識的に先回りをして安全確認をしてから通す事で、不意討ちや出会い頭の事故から貴人を守る安全策が記されている。

また、「川を渡る時などは、少し川下を渡る事」とあり、その時の濁り水が貴人に及ばない様、貴人より川下側を渡る気配りが現れる。しかし、「水が出た時は、川上を渡る事」とあり、水量の多い時や流れのきつい時は、自分が川上を渡る事で少しでも流れを遮り、歩きやすい状態を作ろうという配慮になるのである。

代表例をいくつか紹介したが、気遣い、気配りから生まれる行動に関連する作法は、物事に渡り言い出せば切りがないほどある。どれを取っても臨機応変に、その場の状況に見合った行動を心がける

事であり、そこには、しっかりとした基本の立居振舞が身に付いていることを前提としているのである。

伝書にも「躡さきにありて心につかば、これ身の据わり…」として、まず基本動作をしっかり身に付けた上で、「水は方円の器に従う心…」と、フレキシブルな対応を求めているのである。

他にも、「一遍に凝り固まるは礼に非<sup>あら</sup>ず」とか、「時宜によりまた人によるべし」という表現が随所に見られる。

そこには、作法を忠実に守らせようという「べからず集」的発想ではなく、『無神経さの生む行為こそが大敵である』ことを伝えているのである。

臨機応変な対応とは、「気づき」の感度が高まってこそ成立する能力といえるのである。

## □叶う心

利休の言葉に「叶いたるはよし、叶いたがるは悪<sup>あ</sup>しし」という一節がある。茶人として、もてなす側の心のありようを言っているのである。

叶うとは、お互いの気持ちが自然体で調和して交わった状態を意味する。私達の行動に置き換えてみると、正にもてなしの真髓を表現した言葉である。

茶道を習っていない人でも、出されれば茶碗をグルグル回して呑むらしい事は知っているようであるが、いざその場になると、「右に回すのか、左なのか」「二度に回すか、三度にするか」と、何だか急に自信がなくなったり、窮屈な気持ちになってしまったり、何であ

んな事をするのかと疑問に思う人も多いことだろう。外国人となれば尚更である。

実は、この形式も亭主と客の心のやり取りから生まれたものなのである。

亭主側は、客のことを思い遣り、その時の季節や雰囲気、お客様の趣味趣向に合わせた茶碗を選び、飲み頃の美味しいお茶を差し上げようという気持ちでお出しすることになる。

客の側は、自分の為にしてくれた亭主の気持ちに気づき、感謝し、亭主の心のこもった象徴であるその茶碗の絵柄に、無造作に口をつけて汚すことをはばかり、正面の絵柄を避けた位置から呑むという行為が生まれてくるのである。

ここに、客をもてなす亭主の心と、それをしっかり受け止める客の心との交流が表現されているのである。

このように、根本にある心の通い合いを理解することができれば、茶碗を回すという行為も、自然な気持ちでできるようになるのである。

ここでのポイントは、相手のしてくれた行為に「気付くことができるか」「受け止められるか」「それに応えられるか」ということである。

折角の行為も、「〇〇してやっている」という意識になつては、相手が今どんな事を望んでいるのかを察する心も、相手の心を和ませる発想も生まれない。また、受ける側も「〇〇してもらって当たり前」の意識では感謝の気持ちも、自分の為にしてくれた行為にも気付くことができないだろう。

## □察し合う心

『あるとき、秀吉が山寺を訪ねた。たいへんな喉の渇きようで、茶を所望する。そのときあらわれた小坊主が、ぬる目の茶を茶碗になみなみと黙って秀吉に献ずる。このぬるくて呑みやすい茶で、一気に喉を潤した秀吉は、喜んで二服目を命じる。つぎは幾分温度も高く量も控えた茶が出され、三服目にはもっと熱目で少量の、しかも濃い目の茶が香りゆたかに出された。

秀吉はこの小坊主の気働きにいたく感心し、彼を小姓の列に加えた。

この秀吉の喉の渇きを癒すためから、茶を本当に味わうようになる段階をよく察して、それに合わせた服加減あんばいを塩梅した小坊主が、後の石田三成であった。』

これは、秀吉と石田三成との有名な出会いの物語である。

相手の状況や心持ちを思い遣り、それに合わせた行動が日本人のもてなしのあり方の中に息づいていることが見えてくる。

また、伝書に「主人の機嫌も気にせずに、何でも物を言うことは控えるべきだ、時宜をよく窺って申し述べる事」と、折角の内容も受け側の気分次第でうまく伝わらない、時と場合、相手の心情、タイミングを考えて物を言うような気配りが必要であると言っている。

逆に、「主人に如何にも気に入られようとする行為は良くない。そうすると、相手の間違った考えや軽率な発言にも同調してしまったり、良く見てもらおうと目立つ行為に及んだりすることで、人の憎しみを買う事になる」と、意識的に上長に取り入ろうとする様を、合わせ過ぎに対する戒めとして記されている。

本来の「合わせ」とは、自己の慎みと相手を心から思いやる気持

ちとの間に不純な夾きょうざつぶつ雑物が介在しない状態をいうのである。

要は相手の状況を察した行動がとれるかどうかということである。

## □茶托のはなし

お客様にお出しするお茶に茶托を付けるのは何故なのか。答えられる人は意外にも少数である。

コーヒーや紅茶のカップをソーサーに置くのは何故か。

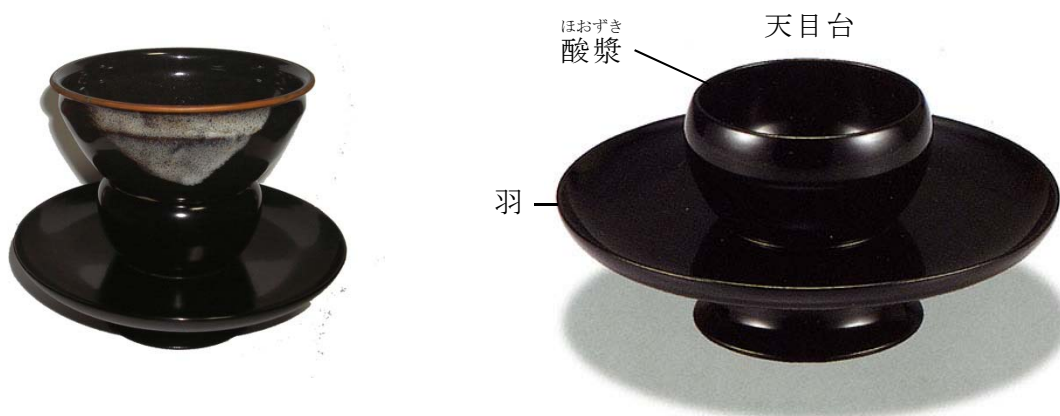
ヨーロッパでは、元々はディッシュと呼ばれる小振りで浅めの口広状の器で飲んでいたものに、受け皿として（深めの皿）のソーサーを付けるようになった。しかし、そのディッシュからソーサーに移して飲むという奇妙な方法が行われていた。後に現在のような深めの取っ手の付いたカップが考案され、ソーサーは単なる受け皿として深さのない皿に変化したといわれている。

一説によれば、温めたソーサーにカップを据えることで中のお茶を冷めにくくするために付けるともいわれている。

対して、日本茶の茶托の場合はどうかというのと、単なる受け皿としてではない。また、運ぶ道中に冷めたり埃が入り込んだりしないためには、蓋を付けたのである。では、茶托とは何物なのか。

室町時代の伝書に、茶托の原型となる、天目茶碗を台に据えて出すことについての記述がある。

それによると、茶碗を台に据えて出す意味は、お客様の手が熱くないように台を付けたとある。





当時の茶碗は、大陸から伝わったもので、素材は磁器製であるために熱の伝導率が高く、飲み頃の熱い茶を入れると直接持てない。そこでこの台に据えて、台ごと茶碗を持ち上げて飲むのである。

当時の持ち方は、羽の部分を両手の小指と薬指の間にはさみ、<sup>ほおずき</sup>酸漿部分をその薬指と中指で押さえ、残りの親指と人差し指で茶碗の縁を押さえることで手に直接熱が伝わらずに飲めるのである。

江戸期に入り煎茶が盛んに飲まれるようになるのだが、器も小振りになり、この台も茶托へと変化する。

本来、茶托はお客様の手が熱くないようにという意味で、茶碗を据えるものである。また、茶托を濡らしたりしないよう、茶碗を据えるときは、高台（糸尻）部分の水分をよく拭き取ってから据えることが求められる。

当時の伝書によると、飲む側は、天目台に据えられた茶碗で頂くときは、台から取り下ろして飲んではいけないとあり、その心は、もてなし側は、客の手が熱くないように気遣いしてわざわざ台に据えてくれたものを、勝手に茶碗だけを持ち上げて飲んでしまえば、相手のしてくれた行為を無視した行為となってしまう。故に、その気遣いに応えるためにも台ごと頂くのである。

しかし、一口、二口飲んだ後に直接持てそうな温度になれば、あとは台から降ろして飲んで良いことになっていた。

この台が茶托に変化した煎茶の頂き方も同様の考え方となる。

一般的な形は、まず、両手で茶托ごと茶碗を持ち上げ、右手で茶碗を持ち、左手で茶托を下に置き、茶碗の底に左手を添えて頂く形となる。これは最初だけで、二口目以降は茶托に左手を添える程度

で、茶碗を直接持ち上げて飲んで良いのである。

このように、元の意味が理解できれば、作法の成り立ちが見えてくるのである。

### ☆茶托の木目

木目の茶托にも正面がある。

木目の通っている道具や部材のほとんどは横目に使うことになる。杉や檜の天井材や壁材、床材も、机も箆笥も長い方向に木目を通るように加工されている。盆や器も木目のはっきりしている物は使う側から見て横目に使うことになる。

これは、材料の強度の問題で、両端に支点を置いて中心に力をかけた時、正目の両端に支点を置いて中心に力を加えればすぐに割れてしまうのに対し、横目の時は、強度が保つという事である。

茶托の向きも同じ原理であることに加え、道具の景色としても横に流れる自然の木目の美しさが一つの味となるのである。



## □江戸しぐさに見る叶い合い、察し合い

近年、上手なコミュニケーションの手本として「江戸仕草」が脚光を浴びている。粹と言われる振舞はもとより、江戸っ子の心意気も含め、1000以上も存在するといわれている。トラブルを起こさないための知恵・人付き合いを円滑にする方法・相手を思い遣り、物を大切に作る心等、知恵の結集と言える教えである。

ここに代表的なものを紹介しよう。

### ☆傘かしげ

江戸仕草の中でも代表的に紹介されることが多い「傘傾げ」、狭い路地ですれ違う時に、お互いが傘を外側に傾ける動作のことであるが、重要なことは、自分の傘から落ちる雨のしずくが相手にかからないよう、傘が触れ合って相手の傘を傷めないよう配慮していることである。

### ☆肩引き

人込みですれ違う時など、肩が触れたりしないよう、お互い肩を引いて身体を斜めにしてすれ違う動作である。お互いが斜めに向き合う形ですれ違い、相手に背を向けるすれ違い方はしないのである。

これが、もっと狭い路地になると「蟹歩き」（向かい合って横歩き）ですれ違うのである。

### ☆七三の道

自分の歩くのはその道の左側3割で、7割は他の急いでいる人や荷車が通れるよう空けておく配慮である。また、人の行く手を邪魔して立っている人を「仁王立ち仕草」、狭い道で人の往来を

妨げている人を「とうせんぼう仕草」と言う。

#### ☆こぶし腰浮かせ

乗合舟で後から乗って来た人のために、腰をこぶし分浮かせて席を詰め合って席をつる行為である。みんなで少しずつ詰めれば容易にひとり分くらいのスペースは確保できるということである。

#### ☆うかつ謝り

仮に相手に非があったとしても、「うかつでした」と自分が謝る行為で、よく足を踏まれた事例が紹介されるのだが、踏んだ側は「すみません、不注意でした」と謝るのは当然だが、踏まれた側も、踏まれないよう対処できなかった自分を「うかつ」と言って謝るのである。その場の雰囲気をよく保つよう気遣いした、角の立たない謙虚な行動である。

#### ☆時泥棒

アポイントメントなしに相手を訪問したり、約束の時間に遅れたりすることで相手の時間を奪うのは重い罪であるという意味である。現在のマナーにも息づいている約束事である。

どれも、叶い合う心、察し合う心を反映している仕草と言えるのではないだろうか。

{ 江戸仕草については、皆さんそれぞれが、関連書物やインターネット等で、もっと詳しく調べてみると良いだろう。 }

## □襖の文化

日本家屋は、木と紙の文化といわれる。なるほど確かに現在でも和室の間仕切りは、障子や襖で仕切っていて、それぞれが独立した部屋として機能する構造の家屋は多い。

日本の伝統文化である日本舞踊や茶道、華道などの習い事の中にも襖の開けたては必須の作法として入ってくる。この開けたての作法を、動き方の解説として表現するなら次のようになるだろう。

「まず、開けようとする襖の正面に座し、柱に近い引手に、引手に近い方の手をかけ、掌の厚みが入るほどに少し開け、そのまま手を下の方へずらす。下から30cm程の所をもって中央まで開き、反対の手に持ち替えて全部開ける……」と、三手に分けて開ける方法として文章で説明すればするほど難解となり、実際にやってみないと分からないほど複雑である。

- ① 最初に少しだけ開けるのは、中の人にこれから襖が開くという予告的合図。(扉をロックするのに似ている)
- ② そこから手を下げて中央まで開けると、中の人とはまだ顔は合わせないが、室内の空気はある程度分かる。
- ③ そして、全部開ける頃にはお互いの心の準備も整い、万全な状態で対面することができるわけである。

襖の開け閉てを下の方で操作するのは、建具は上の方を持って開け閉てするとガタガタと引っかかって滑りが悪いため、下の方で操作することで物理的にもスムーズに動かせる利点がある。当然、正座の姿勢からの動かしやすい高さである。

何故、こんな面倒な作法ができたのだろうか。

和辻哲郎博士は襖の機能について次のように述べている。

「襖は、それをへだてとして使用する人々が、それをへだてとして、相互に尊重し合うときにのみ、へだてとしての役割を果たすへだてである」

また、古式にも、「人が大事な話し合いをしているような時は、何となくその場から離れるよう、また、耳立てして聞いたりしてはいけない」という作法がある。

モースは、著書「日本その日その日」の中で日本人の正直さの証として、次のような一説を書いている。

「日本人が正直であることの最もよい実証は、三千万人の国民の住家に錠も鍵もかんぬき 門も、いや錠をかけるべき戸すらないことである。昼間は遮る衝立が彼らの持つ唯一のドアであるが、しかもその構造たるや十歳の子供もこれを引きおろし、あるいはそれに穴を明け得るほど弱いのである」

外国人として、この光景にさぞ驚いたことだろう。

つまり、物理的に弱く防音機能もない襖や障子を間仕切りとする和室のプライバシーは、相互の信頼関係だけで保たれる＝お互いが相手を察し合う心がなければ成立しないのである。

日本人は、その察し合う心と約束事で物理的弱点を補い、石や鉄の壁にも匹敵するほどの頑丈な隔てを精神的に築き上げたのである。正に、日本文化は襖の文化といわれる由縁である。



## 日本人と季節感





## 5. 日本人と季節感 I

### □日本人と感性

近年、私達の生活は非常に便利になった反面、季節感が次第に薄れている。日本人は、元来農耕民族であるので季節に対する感覚はとても敏感なものを持っている。

農耕を営む上で、日照り、雨、風、気温の変化など、どれをとっても四季を通じてそれぞれに程良くなければいけない。ひとたび天候が荒れれば、年の収穫は激減し、飢えや病気が蔓延し、直接命にかかわる大問題となったのである。

そんな危機感から、自然の微妙な変化さえも見逃さない鋭い観察力が培われ、また、季節の変化を美として捕らえることのできる文化が生まれてきたのである。

普段、何気なく交わしている挨拶『こんにちは』は、「今日は、○○○…」というように、会話の省略形であり、大抵の場合、その日の天気や気候についての話題につながっているのである。

手紙にしても、気候の変化から相手の安否を気遣う時候の挨拶は欠かせない。また、日本特有の文学である俳句や短歌も季語を詠み込む。

このように、私達の生活文化と季節は切り離せない関係にある。

特別意識はしなくても、雪間の露の臺に春を見つけ、燕の飛来に初夏を思い、風鈴の音に涼を、虫の音に秋を感じるような感性、人間の持つ五感すべてから美を感じ取るところなどは、何とも日本人らしい風情ではないだろうか。

先人は、この情緒豊かな季節感を、もてなし、接客、サービスの付加価値に結びつけ、相手の心を和ませる方法を築いてきたのであ

る。

このような感性が、家庭や職場、また、接客の場の雰囲気作りの重要なポイントとなる。

お客様にお茶を出すにしても、冬は暖かそうな、夏は涼しそうな器を選ぶ、壁の絵を季節に合わせて掛け替える、または、テーブルセンターに四季を持たせるだけでも随分と雰囲気は変わるものである。

更に、その季節感に新鮮さを与えると効果がいっそう引き立つのである。

『六日の菖蒲 十日の菊』という言葉がある。今では使われることは殆どなくなったが、「時期遅れ」「ピントはずれ」という意味にでもなるだろうか。

5月5日は端午の節供、9月9日は重陽の節供である。そこにはよりしろ依代として5日に菖蒲、9日には菊が飾られる。節供の翌日に飾られていても、その花の使命は既に終わっているので、時期を損じた死に花になってしまうという。

要は、季節の表現には旬があるということである。

たとえば、2月の終わり頃に桃の花が飾られていたとする。それを見た人は「ああ、もう節句の時期か」と、新鮮な発見となるだろう。

ところが、3月3日になれば、飾られていて当たり前、4日を過ぎれば、いくら綺麗に飾られていても、何か新鮮さに欠ける印象を受けてしまうだろう。

このように、花の飾り付けや料理などには、旬の季節表現、意味や物語を盛り込むことが効果的である。玄関や応接間、料理や食卓のコーディネート等、もてなしの方法を再チェックしてみても如何だろうか。

### □季節の種はどこにでもある

釣り好きの人なら漁の解禁、野鳥好きなら飛来の時期。食通の人なら旬の食材（魚、野菜、山菜、初物など）、花好きなら各月を代表するような草花、というように季節を感じる素材は生活の中にたくさんある。年中行事、二十四節気や雑節、TV、ラジオから流れる各地の風物や歳時記、天気予報なども重要な情報源となる。

また、何気なく見過ごしている身近な自然の変化にも目を向ける余裕を持ちたいものである。

これらの知識、情報を仕入れることで、もてなす側は工夫に繋がり、もてなしを受ける側は気づきに繋がる。お互いの心が叶い合うことで、より深い交流が生まれるのである。

### □季節の表現はバランス感覚

手紙を書く時、時候の挨拶でどんな表現をしたら良いものか、困った経験をお持ちの方もいるだろう。

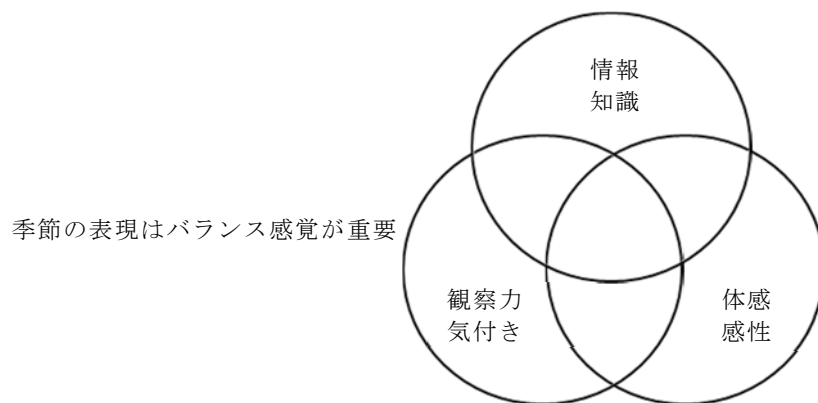
調べようと思えば、手紙の書き方などの本には、時候の挨拶言葉が月毎にまとめて載っているし、インターネットでも気軽に調べられることもできる。しかし、ただ選べば良いというものではないのである。

今は〇月だからその月の表から気に入った言葉を選んだとか、冬だから冬らしい、夏だから夏らしい言葉選びをした、というだけではいささか心もとない。

やはり、実際の季節と言葉の表現をしっかりと整合させる必要がある。

今日現在の季節はどの辺りに位置しているのか、戸外の気候を自分はどう感じているのか、周りの自然はどう変化しているのか、などを実感していないとその時期の「当を得た」表現は見つからない。

知識だけに頼ると、言葉と気候が折り合わない、形式だけの挨拶になってしまうのである。挨拶もタイミングのずれた『六日の菖蒲』にならないよう気を付けたいものである。



## □季節の挨拶（年間計画）

私達の生活習慣の中に季節の挨拶はどのくらい存在するのだろうか。

代表的なものを挙げてみると、年賀・寒中見舞・中元・暑中見舞・残暑見舞・歳暮などが一般的であろう。これらの挨拶は、葉書や手紙、贈答などで行う。

春、秋は比較的穏やかな気候で、農耕にとっても大事な忙しい季

節でもある。それに比べ、夏、冬は暑さ寒さが厳しく、体調も崩しやすい季節、加えて、盆暮れ正月といわれるように、年末年始は新しい年への切り替えの節目の時期であり、盆の時期も夏の一つの節目として考えられて来たのである。そんなことから推測して、相手の安否を気遣う挨拶や日頃の感謝の気持ちを贈答に託す習慣が、夏冬に集中するようになったのだろう。

季節のスピードは意外と速く、油断していると言葉が季節の移ろいに置いて行かれてしまうことがある。折角の挨拶も言葉と季節が外れてしまっっては台無しである。

季節の言葉や挨拶は、昨日まで使えた表現が、今日からは使えないということがあるのだ。地域のしきたりによって、異なる場合もあるが、ごく基本的な考え方を一つの目安として紹介する。

## ☆年賀

- 1月1日を元旦、その日の始まり（日の出時刻）を元旦という。
- 1月1日、2日、3日を正月3が日と称し、正月行事の中心となり、古くはこの3日間屠蘇を飲み、身を清め1年間の無病息災を願う正月儀式を行った。
- 1月7日は年の初めの節供「人日の節供」で、七草粥を食す。この節供の行事が終わり正月飾りを外す。この日までが松の内といわれる期間である。
- 1月15日は小正月といわれ、正月飾りのお焚き上げをしたり、小豆粥を食したりする地域もある。今のカレンダーでは、月齢（月の形）とは合致しないが、旧暦では15日は満月であることから、年の初めの満月＝月を祝うという意味がある。

○1日2日3日と7日と15日を総称して正月5ヵ日といい、正月に因んだ晴れ日の行事（神事）が行われた。故に、1月15日までの間は年賀の挨拶としてのやり取りを行うが、16日以降は年賀という表現は使わないのが一般的である。

#### ☆寒中

○1月6日頃、二十四節気「小寒」を別名「寒の入り」という。この日から2月3日の節分までの期間が寒中である。この期間にする挨拶が寒中見舞であるが、1月15日を境に年賀から切り替えて使うのが一般的である。2月4日の立春以降は当然使わない表現である。

#### ☆余寒

○2月4日の立春からは、季節は春である。寒中も抜け出し、暦の上では春になったにも関わらず、まだまだ寒い日が続くことから余寒という表現を使う。但し、余寒見舞も2月20日頃の二十四節気「雨水」を目途にするのが一般的である。

#### ☆中元

○旧暦7月15日を中元という。中国の道教でいう三元（上元1/15、中元7/15、下元10/15）の1つで赦罪の日とされ、仏教の祖霊を供養する盂蘭盆会うらぼんえと混同して伝わった。江戸時代には盆の行事として定着し、この日を称してお世話になった人へのお礼として贈答をする習慣が生まれたとされる。

○本来は、中元御礼であるが、今では表書きとして「御中元」が名詞化して定着している。

○盂蘭盆会の行事を現在の7月15日にする一部地域と月遅れの

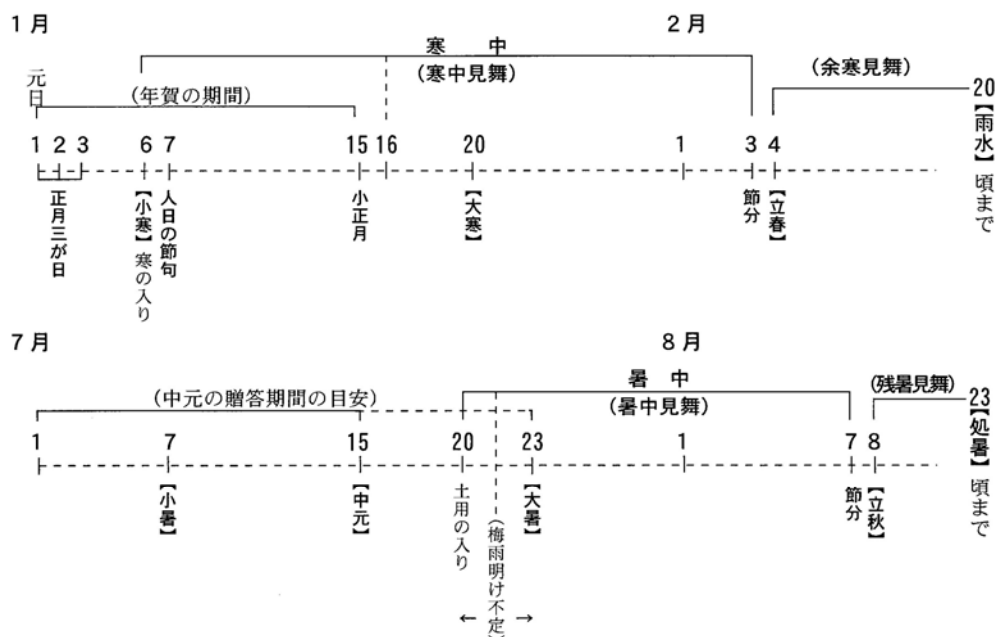
8月15日とする地域があるが、中元の考えも同様である。したがって、夏の贈答として長期間広くやり取りされている場合が多い。

### ☆暑中

- 厳密に言えば、7月20日頃の土用の入りから8月7日頃の節分までの期間、夏の土用の期間を限定して暑中という。この期間にする挨拶が暑中見舞である。
- 夏の土用の期間内に巡ってくる丑の日に、鰻を食す習慣は有名である。

### ☆残暑

- 8月8日頃の立秋からは、季節は秋である。暑中の期間も抜け出し、暦の上では秋になったにも関わらず、まだまだ暑い日が続くことから残暑という表現を使う。但し、残暑見舞も8月23日頃の二十四節気「処暑」を目途にするのが一般的である。







## 6. 日本人と季節感 II

### □二十四節気を知る

太陽は、1日に約1度ずつ天球上の横道線上を移動している。それが、春夏秋冬の季節の変化を起こし、1年で元の位置に戻る。この天球上の太陽の動きを24等分に示し、各季節を知る暦上の呼び名が二十四節気である。

旧暦を使っていた時代は、月の満ち欠けを本として日にちを充てていたので、現在のグレゴリオ暦に比べ1年が11日前後短くなってしまふ不合理がある。そのままでは年の経過とともに日にちと季節は大きくズレを生じてしまうのである。

今のカレンダーでは、4年に一度閏年を設け、1日足すだけでズレを修正できるが、旧暦では3年で約ひと月分のズレが生じてしまうので、3年に一度閏年を設け1か月を足す（1年を13か月とする）ことで、日にちと季節のズレを修正する必要があった。

正確な太陽の角度を季節の目安とし、正確な季節の位置を知るためには、二十四節気は欠かせない情報といえるのである。

当時は、二十四節気と暦を併用して農事の計画を立てたのである。

#### ●立 春⇒ 毎年2月4頃

春の気がはじめて立つ気節という意味で、寒さも底をつく頃となる。

#### ●雨 水⇒ 毎年2月18日頃

氷雪解け雨水ぬるむ時という意味で、地上に草木の芽生えが生ずる気節とされる。

#### ●啓 蟄⇒ 毎年3月5日頃

冬籠りの地下の虫が穴を開いて出てくる気節とされる。

●春 分⇒ 毎年3月21日

春の真ん中に当たる日で、昼夜等分に分かつので春分という。彼岸の中日。

●清 明⇒ 毎年4月5日頃

草木の花が咲き始める気節で、清新の気が満ち溢れる気節という意味。

●穀 雨⇒ 毎年4月20日頃

春雨に田畑も潤い、その成長を助ける気節という意味。

●立 夏⇒ 毎年5月5日頃

夏暑の気はじめて立つ気節という意味で、この日から四季の夏に入る。

●小 満⇒ 毎年5月21日頃

純陽の気が天地に満ち始める気節という意味。

●芒 種⇒ 毎年6月6日頃

芒(のぎ)とは麦や稲などの実の先にある毛の事で、芒のある穀類が種を稼ぐ気節という意味で、麦を収めて稲の田植えを始める気節とされる。

●夏 至⇒ 毎年6月21日頃

夏の真ん中に当たる日で、日が最長に至る気節という意味。夜間の最も短い日。

●小 暑⇒ 毎年7月7日頃

大暑の前でやや暑熱を催す気節という意味。

●大 暑⇒ 毎年7月23日頃

蒸暑の熱気が益々激しくなる気節という意味。

●立 秋⇒ 毎年8月7日頃

秋の気はじめて立つ気節という意味で、この日から四季の秋に入る。暑さもピークに達し、残暑は厳しいがこの日を境に風は日に日に秋めく。

●処暑⇒ 毎年8月23日頃

夏の日差しも日々に衰えて秋の気配が感じられる頃で、暑気も治まり始める気節。

●白露⇒ 毎年9月8日頃

秋気も本格的に感じられるようになり、野草に白露の宿る頃の意味。

●秋分⇒ 毎年9月23日

秋の真ん中に当たる日で、昼夜等分に分かつので秋分という。彼岸の中日。

●寒露⇒ 毎年10月8日頃

降る露に寒冷を覚える気節という意味で、秋の深みを感じ始める時期。

●霜降⇒ 毎年10月23日頃

露も霜となって降り始める気節という意味。

●立冬⇒ 毎年11月7日頃

冬の気はじめて立つ気節という意味で、この日から四季の冬に入る。

●小雪⇒ 毎年11月22日頃

次第に冬も進んで寒気も増し、山沿いでは雪も少々降る気節という意味。

●大雪⇒ 毎年12月7日頃

天地閉塞し北風が吹き荒れ、雪も益々降る気節という意味。

●冬至⇒ 毎年12月22日頃

冬の真ん中に当たる日で、日が最短に至る気節という意味。夜間の最も長い日。

●小寒⇒ 毎年1月6日頃

寒気が次第に強く加わる気節という意味。寒の入り。

●大 寒⇒ 毎年1月21日頃

厳凍極寒を感じ、寒気の甚だしい気節という意味。

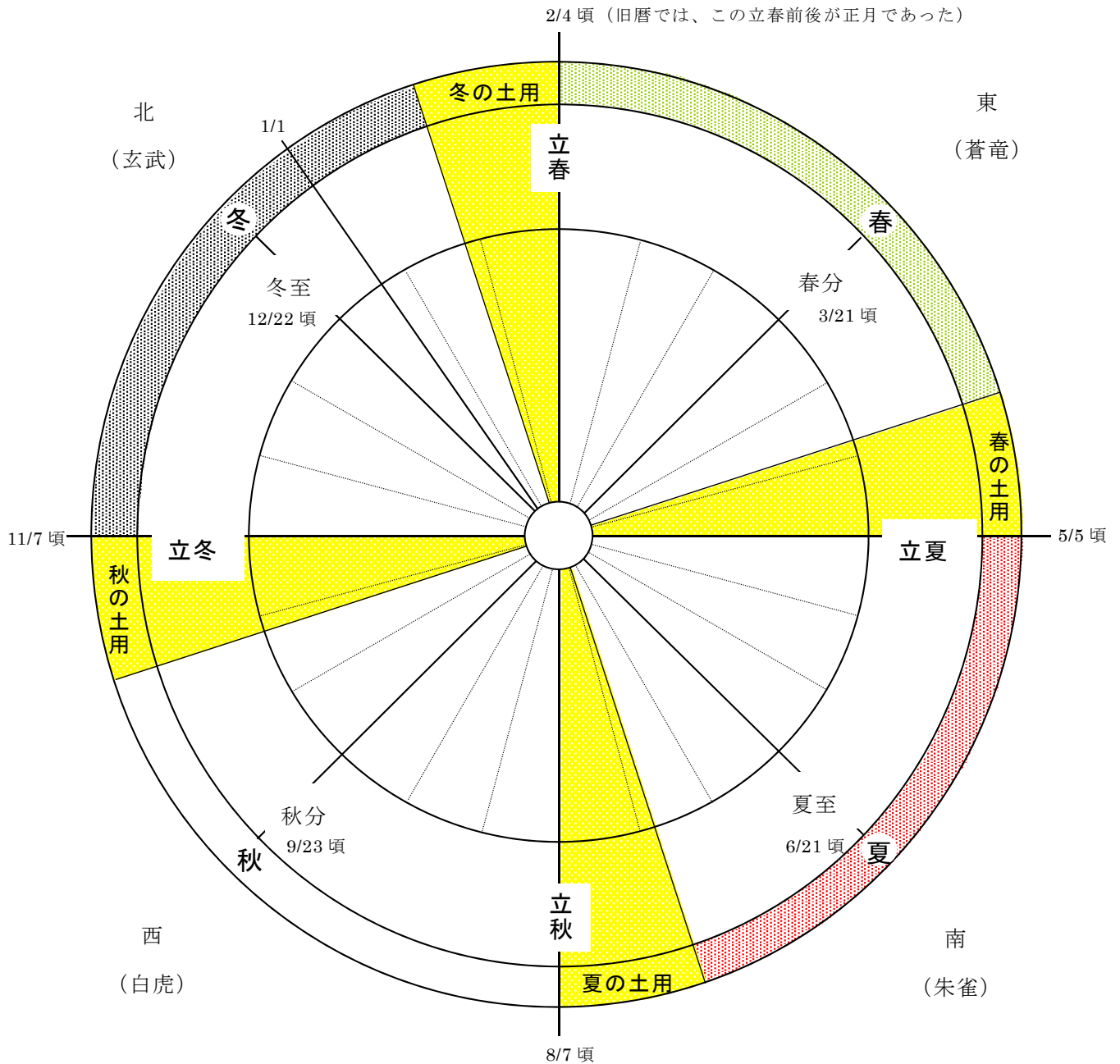
季節の1年は、立春を起点として四季の巡りを考えることになる。今のカレンダーでは、2月4日頃が立春で、そこから始まるのである。

例えば、茶摘みの歌にも出てくる八十八夜は、立春から数えて88日目の夜のことである。秋の台風警戒日とされる二百十日、二百二十日も同様である。

少し分かりにくいのだが、季節の位置は太陽の角度で決まるので、季節時計で見るように固定されている。そこに私達が普段使っている日にちのカレンダーを重ねて使っていると考えると、ズレを修正する意味も理解できるのである。

## □季節時計

季節の一年は立春を起点に考える。



今日現在は、季節時計のどの辺りに位置しているのか確認してみよう。

## □年中行事

各地で伝わる年中行事は様々であるが、ここでは、全国的にポピュラーな行事であり、その季節らしさが比較的表現し易い「節句」について解説する。

これを基に、皆さんの地域に伝わる伝統行事について、その行事に因んだ料理や飾り付け、地域らしさを「もてなし」の演出として盛り込むヒントにしてもらいたい。

## □五節供

節句とってすぐに思い浮べるものは、三月三日の雛祭や五月五日の端午の節句であろう、これらは一般に子供のための楽しいお祭りというイメージで捉えられている。

ところが武家に伝わる古文書には、節句は悪い日であると記されているのである。

節句は、悪日だからこそ物忌みをして精進潔斎し、神に供え物をして穢れを去り、災忌を逃れるために供養をするという禊の日であった。

五節供の風習は、唐の時代に日本に伝えられた。当時、三月三日は忌むべき日、また、五月も悪月とされていた。節には悪鬼が跳梁し、災いを為すと考えられえいたのだ。この様な思想の伝来や季節の変化を表す“節”が、日本で“折目節目”の観念に結び付いて特定の年中行事になったと考えられている。

節供とは、季節の変わり目に不浄を清め忌み慎んで神を祀る節日せちびのことであり、この時神に捧げる供物（食物）のことを節供せちくといい、これが行事を意味する言葉として『せつく』という音に変化したと思われている。

当時の人々は、この節供という特定の日に禊をし、神々に供物を  
して災忌を取り除くために祈り、五穀豊穰、健康長寿を願ったわけ  
である。

したがって、文字の意味合いからしても、普段私達が用いている  
「節句」ではなく「節供」の方が本来の意に叶っている。

五節供は、旧暦の一月、三月、五月、七月、九月に行なわれてい  
た。これらの月は、日本の気候や当時の農を営む生活から考えると、  
大変重要な季節の節目であったことが窺える。

農業技術はまだまだ発展していない時代、医療に関しても皆無と  
言っても過言ではない時代に、病気や自然の猛威に対して当時の  
人々は、人間の非力さを痛感していたに違いない。五節供が年中行  
事として生活文化に浸透していったのも当然であり、日本人が農耕  
民族であるが故の現われだと言えるのである。

次の項では、これらの事柄を踏まえた上で、五節供それぞれにつ  
いて解説する。

### 五節供

- |         |                                |
|---------|--------------------------------|
| 1. 一月七日 | <small>じんじつ</small><br>人日 の節供  |
| 2. 三月三日 | <small>じょうし</small><br>上巳 の節供  |
| 3. 五月五日 | <small>たんご</small><br>端午 の節供   |
| 4. 七月七日 | <small>しちせき</small><br>七夕 の節供  |
| 5. 九月九日 | <small>ちょうよう</small><br>重陽 の節供 |



## ☆人日

一月七日は人日と言ひ、七日正月、若菜節などとも言われ古くから行事が行なわれている。江戸時代に入って正式に正月七日が一年の節供の始まりとされ、ますます盛んになったと言われている。

何故、七という数を当てたのかについては、記号(図形)の“一”は陰を“し”は陽を表わし、これを重ねた形“七”は陰陽和合の良い数字とされたからである。

また、この日を人日と呼ぶようになったのは、一日に酉<sup>とり</sup>・二日に狗<sup>いぬ</sup>・三日に猪・四日に羊・五日に牛・六日に馬・七日に人・八日に穀というように、日ごとにそれらを当て、その年を占うという漢の時代に発祥した考え方を受けている。

また、人日は七種<sup>さいくさ</sup>の節供とも言われ、この日に七草を炊き込んだ粥を食べる習慣が現在も受け継がれている。この粥が、神に供える節に当たるわけで、これを食して邪気を祓い災いを除く祈願をしたわけである。

「この日七種の草を取り、粥にして食えば諸病を除く」と言われ、厳しい冬を乗り越え先陣を切って顔を出す精気あるこれらの草々を食べることにより、一年の健康を願おうとする人々の気持ちが分かるような気がする。

七草と言っても陰暦一月(現在の二月)の日本の南と北の気候の差を考えれば分かります、地域によってかなりの差があるわけだが、当時の代表的な七草として次のような歌が残っている。

『せり なずな ごぎょう たびらこ ほとけのざ すずな すずしろ これぞ七種』

勿論「七種に諸説あり」と前置きされている。御形は母子草<sup>ごぎょう</sup>、菘<sup>すずな</sup>は青菜または蕪<sup>かぶら</sup>、清白<sup>すずしろ</sup>は大根の別称、田平子<sup>たひらこ</sup>はキク科の仏座<sup>ほとけざ</sup>の別称

で同種の草である。一般に言われている七種は“たびらこ”ではなく“はこべら”(はこべ)で、要は地域地域でその時期に手に入る数種類の食用草を炊き込んで七種粥と称したのだろう。

また、伝書には人日について「節供の始めとして出仕申さるる日」と記され、江戸時代にはこの日が出仕始めとされた。大名は一同揃って将軍に拝謁し、七種粥を頂戴して下城したと伝えられている。

節供飾りについては、正月に松を立て鏡餅を供えて正月飾りをするが、人日の節供までこれを飾る地域が多く見られる。松や鏡餅が神の宿る依り代と考えられているからである。人日の朝には床の間に柳を結び、新たに節(七種粥)を供え、無病息災を願う意味で直会なおらいとして七種粥を食すのである。現在では、この節供の行事を機に門松払いをするのが一般的である。

## ○調べてみよう

人日の節供に関して、地域に残る祭礼、七草粥に関する行事、しきたりなどの情報を収集してみよう。

## ☆上巳

三月三日は桃の節句、女の節句などと呼ばれ、現在も雛祭りとして大変親しまれている。しかし、正確にはこの日を「上巳の節供」と言う。

上巳とは文字通り三月の始めに巡って来た巳の日を意味し、中国ではこの日は忌日いみびとされ、人々は水辺で禊みそぎをして身を清め、酒を飲んで邪鬼を祓ったと言われている。

三月の始めの“巳の日”が節日として時代と共に月日に同数が重なる三月三日に固定化されたのである。

これが次第に春のうららかな陽気と合間って、花見や山遊び、磯遊びなどの行楽行事と結び付いて行くことになる。

この日、宮廷では曲水の宴が催された。日本書紀には、顕宗天皇元年(485年)に天皇を迎えて曲水の宴を行なったという記述がある。

但し、飛鳥時代にこのような催しが行われていたかどうかについては確認のすべがない。古事記や日本書紀が編纂された700年代(奈良時代から平安時代中期頃まで)、宮中では正式な年中行事として催されていたと言われている。

また、この日は禊をして身体の穢れを人形ひとがたに移し、川や海に流すながす呪いまじなをしたと言われている。これは、形代かたしろ(神霊の代わり)として作った人形で自分の身体を撫で、これを水に流すことにより災忌を免れるという意味がある。これが今でも地方に残る流し雛の原型であり、正に祓いの行事であることが分かる。

祓いの為の人形が時代と共に華やかな雛人形へと変化し、雛遊び＝女の子、故に女の節句という連想が成り立ち、次第に現在のよう

な節句の形になるのだが、三月三日が“雛祭り”というイメージに変わっていったのは、比較的新しく徳川三代家光の頃とも五代綱吉の頃ともいわれている。雛壇が登場したのも元禄の頃になる。

三月三日は桃の節句とも呼ばれ桃酒や草餅が振る舞われる。

これについても、「周の幽王が、献上された草餅が大変に美味かったのでこれを宗廟(歴代王の墓)に供えたところ、天下がよく治まった」という言い伝えがあり、日本でも蓬よもぎを搗き込んだ餅を食べるようになったとされている。

蓬には薬効があり、また、香草としても鎮静効果が期待され、昔から身近な薬草として利用されていた。

桃花についても、「桃花を酒に入れて飲めば、百害を除き顔色ます」といわれ、邪鬼を祓う仙木、魔除の木と考えられていた。

このことは古事記や日本書紀にも記され、古事記では「イザナギは死霊や雷神から自分を助けてくれた桃の実に意お富お加か牟む豆ず美み命のみことという名を授けた」とあり、日本書紀にも「これ桃をもて鬼を避ぐふせ縁ことのもと」と表現されている。

古い寺の門扉に色彩の桃の絵が描いてあるのも魔除の意味である。また、童話「桃太郎」の発想もここから生れたわけである。

江戸中期頃から女の子のための行事としてのイメージが色濃く反映されて以降は、平安期から行われて来た優雅な女性の遊び「貝合わせ」に重ね、何百とある貝殻もぴたりと収まる貝は一組しかない二枚貝に、より良い伴侶と出会えるようにとの願いを込めて蛤を飾るようになったと言われる。

また、旧暦三月三日頃は、ちょうど大潮に当たり、古くから日本

沿岸の広範囲で磯遊びや潮干狩りが盛んに行われており、蛤や栄螺はこの時期の初物として珍重され、節供には欠かせない存在になったのである。

### ○調べてみよう

上巳の節供に関して、地域に残る祭礼、ひな祭り等に関する行事、しきたりなどの情報を収集してみよう。

## ☆端午

五月五日は端午の節供。別名、尚武の節供とも菖蒲の節供とも呼ばれている。

この「端午」というのも、文字通り五月の一番始めに巡って来た午うまの日をいう。中国では五月は悪月とされ物忌みの月であり、日本でも古くは“五月忌さつきいみ”と言って田の神を迎えるために、この時期を禁欲して齋戒する習慣があった。この端午が五月五日に固定化された理由も上巳と同様な事情によるものと推測される。

この日には、粽ちまきや菖蒲などが登場するが、これらについても「昔、高辛氏の息子が五月五日に舟で遭難し、海に沈んでしまった。その後、小神となって度々そこを通る人々を悩ませていた。そこで、五色の糸で巻いた粽を海中に入れて供養したところ昇天した」という言い伝えが残っている。

また、楚の王族に生れて三閭大夫として活躍した屈原くつげんが、妬まれて失脚し湘江の畔をさまよい、汨羅きべらに身を投じたのが五月五日で、この日に粽を江に投じ、またこれを食べ屈原を祀ったとも伝えられている。

入水した屈原を救おうと競って舟を出したのが“競渡きょうど”（竜船競漕）の起源とも伝えられ、端午の競渡は、日本でも琉球のハーリーや長崎のペーロンとして今に繋がっている。

日本では、端午の節供の粽は平安前期に作られた『伊勢物語』第五十二段に“飾粽”として登場する。この頃には、この日に粽を食べる習慣があった事が推察される。

現在でもこの時期には各所で粽神事が行われ、この時期に芽巻き餅ちまを供え、これを食べることで疫病除けになり、夏越えの祓いの行

事とされている。

粽は、糯米もちごめを笹まこもの葉や菰いぐさ葉に包み藺草で縛り蒸した餅で、保存食である。

他に節供の代表として柏餅も登場するが、柏は古い枯葉を次の新芽が突き落として芽吹く事から、下克上の時代(室町中期から戦国時代)に武家の間で特に好まれ広まったと言われている。

旧暦の五月、日本では雨期の時期であることから、どちらも、香りのある葉に包むことで腐敗を防ぐ工夫が見られるのである。

日本中古の朝廷では“五日節会”<sup>いつかのせちえ</sup>という行事があり、天皇に拝謁する軍臣は菖蒲鬘あやめのかづらを頭にいただいて参列したと言われ、聖武天皇の時代には、「今後、菖蒲鬘を着けない者は宮中に入ってはいけない」という触ふれまで出されているくらいである。

この時期には菖蒲の葉を束ねて蓬と共に屋根に葺く“菖蒲葺”<sup>あやめふき</sup>や菖蒲と蓬の葉で作った薬玉くすたまを軒や柱に下げて魔除をする習慣があり、現在でも一部地域に残っている。菖蒲には不浄を祓い邪鬼を避ける霊力があるとされ、古くより避邪の呪いとして使われてきのである。

また、四日の夜あるいは五日を「葺籠」<sup>ふきこもり</sup>或いは「女の家」「女の天下」などと言う地域があるが、これは菖蒲を葺いた忌屋さおとめに五月女が田の神を迎えるために籠り、物忌みをする儀式の名残りである。

陰暦五月は田植月であり農耕民にとって大切な時期、“田の神を迎える祭り”正に農耕儀礼との深いかかわりを物語っている。

六世紀中期の中国では五月五日を浴蘭節として、この日は蘭湯(蘭草=フジバカマ)に浴する日とされていた。これが渡来し、室町以降菖蒲湯に浴する習慣が定着した。

菖蒲湯も五月節供に訪れる神を迎えるための潔斎であり、病除けや蛇に噛まれないための呪いとして全国に広まった。

以上のように端午には、農耕では田の神を迎え豊作を願い、人々は潔斎して邪気を祓うために菖蒲を飾り、粽を供えたのである。

現在では、男子の節供とされているが、これは江戸時代に入ってからのもので“菖蒲”の韻が“尚武”に通ずることから“武士”即ち“男の節供”とされ、勇ましい武者人形が飾られるようになった。

武家では、この日甲冑を飾り、家紋を入れた昇り旗や武家の威勢を表す陣中の吹流しを立てていた。これが後に鯉のぼりに変化し庶民の間に広まった。鯉は古くから滝を昇って竜になると信じられていた威勢の良い魚であることから、鯉のたくましさにあやかり子供が強たくたくましく育つようにとの願いが込められているのである。

## ○調べてみよう

端午の節供に関して、地域に残る祭礼、節供に関する行事、しきたりなどの情報を収集してみよう。



## ☆七夕

七月七日は七夕祭りである。中国の伝説、彦星と織姫の Romantic な物語を思い出す人も多いだろう。しかし、この日が節供であることはあまり知られていない。

七夕も他の節供と同様に“節供”から発したわけで、陰暦七月七日の節日に供御くごを供えることを意味する。

人日の粥、上巳の草餅、端午の粽と同様に、七月七日には瘧病おこりやまいを避ける呪いとして索餅さくべいが登場する。

瘧病とは高熱が出たり下がったりを繰り返すと言われ(多くはマラリアを指すようである)、当時は不治の病として恐れられていた病気である。これを避けるための呪いとして食べたのが索餅で、小麦と米の粉を練って紐状に細くのしたものを縄のような形にねじって油で揚げた菓子のことである。日本では麦縄むぎなわとも呼ばれ、奈良時代に遣唐使が持ち帰り伝えたと言われる。

これが鎌倉時代に伝来した点心食品の影響を受け、饅頭に近い食品となり、室町時代には素麺そうめんになったと言われている。

現在でもこの日に素麺を供えたり食べたりする地方があるが、索餅を由来としていると思われる。また、香川県の金刀比羅宮では陰暦七月七日に残暑厳しい日々を人々が無事に過ごせるよう祈願する『索餅祭』が齋行されているし、地方によっては七夕飾りを川や海に流す七夕送りなどが残っているのを見ても、七夕は正に節供であり“祓いの日”であると言えるのである。

行事としては奈良時代に牽牛織女伝説と共に“乞巧奠きっこうてん”が伝えられ、宮中行事として行われていた。字の如く“技の巧を天に乞う”

技芸上達祈願の行事とされ、供え物と一緒に裁縫道具や琴なども飾られた。現在でも冷泉家の七夕行事は有名である。

万葉の研究者によれば、万葉集には「月の船」という表現で、満天の星空を海や川に、七日月(上弦の半月)を渡る舟に見立てた歌など、七夕の歌とするものが百三十首を越えるといわれる。

陰暦七月七日の夜を「七夕」と言うが、これをタナバタよむと訓のは、日本には中国伝来以前から、神の来臨を待って海や川に差し掛けた棚で機(はた)を織る聖なる乙女“棚機女”だなばたつめの民俗があり、これが「七夕に織女が天の川を渡って牽牛のもとを訪れる」という七夕伝説を“神の訪れを待つ棚機女”の信仰に重ね「牽牛の訪れを待つ織女」として受容し、棚機たなばたの音を七夕に当てたと考えられている。また、この日は雨や水に関する伝承が各地に残っており、京都の貴船神社の“水まつり”を始め、各地で水神祭や雨乞祭が夏越えの七夕祭礼として行われるなど、水との関わりの深さが窺える。古代中国の星を「水を司る神」として祀る水神祭の風習に、日本固有の信仰が習合したものと言えるだろう。

水辺や渚で機織をする民話や、これに類似した信仰や行事は、古来東南アジアに広く分布しており興味深いところである。これらが中国で七夕伝説として整理され伝来し日本の民俗と融合したと推測される。

乞巧奠に因んで、この日里芋の葉に降りた朝露で墨を磨り、字を書くと文字が上達すると言われてるように、七夕の日には短冊に歌や願い事を書き、衣を意味する五色の糸を飾り付ける。

江戸時代になると、庶民の間にも手習いが普及し始め現在のよう  
に笹竹に短冊などを付けて飾る形が一般的となり、時代と共に真の

意味が薄れ、仙台や平塚に代表されるような豪華な飾りを競う、地域をあげた商業祭へと変化していくのである。

### ○調べてみよう

七夕の節供に関して、地域に残る祭礼、行事、しきたりなどの情報を収集してみよう。

## ☆重陽

九月九日は重陽の節供。一月の人日同様に一般にはなじみの薄い節供である。重陽とは陽が重なることで、これは古来の陰陽思想に由来する。陰の数が二、四、六、八、陽の数が一、三、五、七、九とされ、その陽の極数“九”が重なる日“九月九日”であることから「重陽」と言われるのである。

また、九が二つ重なり、韻が“長久”に通じて縁起が良いことから“重九”ともいわれる。

この日は別名“菊の節句”とも呼ばれ、この時期になると菊に因んだ和菓子が出まわったり各地で菊花展が開かれたりするなど菊とは関わりの深い日である。

これも中国の伝説を由来とするもので、菊についての朝露を綿に湿らせそれを吸うと歳をとらないとか、菊を浮かべた酒(菊花酒)を飲むと厄が避けられるなどと言われている。

また、菊花酒については、周の穆王<sup>ぼく</sup>の侍童が罪を得て配流されたが、菊の露を飲んで不老不死を得たという菊侍童の説話もあり、重陽と菊とは昔から切り離せない関係があったようだ。

日本には天武天皇十四年(685年)九月九日の宴が初めてとされている。しかし、天武天皇は翌年(686年)の九月九日に亡くなられ、九日は忌日となり、文武天皇大和二年(702年)には儀制令に国忌の日として正式に定められた。したがって、万葉の時代に重陽の歌や記録がないのは当然の事と言える。

それから一世紀の歳月を経て、平城天皇大同二年(807年)九月九日に菊花の宴復活の詔<sup>しょう</sup>が下り、再び重陽節の行事が催されるようになった

たのである。

平安時代には前日八日に菊花を真綿で覆い菊の香を移し、九日の朝に露に湿ったこの真綿で身を拭いて不老長寿を願う「菊の着せ綿」と言う行事があった。

また、陰暦九月九日という現在では十月にあたり、ちょうど田畑の収穫も行われる頃で、農民の間ではこの日を御九日(御供日)<sup>おくんち</sup>といい、収穫祭にあてるところも多く、季節と合間って各地で色々な行事を残している。有名な「長崎くんち」「唐津くんち」も、元は陰暦の九月九日に行われたものであった。

地方によってはこの日を栗の節句といい、栗飯を振舞う地域もある。

また、京都の上賀茂神社にある烏相撲はユニークな重陽の神事として今に伝わっている。前夜から菊の花にかぶせておいた「菊の被綿」<sup>きせわた</sup>を神前に供える神事に続いて、境内細殿前庭の土俵の左右から烏帽子に白張装束の刀祢<sup>とね</sup>が弓矢を持って横跳びをしながら二つの立砂の前へと現れ、「カーカーカー」「コーコーコー」と烏の鳴き真似をした後、子供達が相撲を取るのである。

平安時代に始まる氏子児童による相撲で、上賀茂神社の祭神の祖父である“賀茂建角身命”<sup>か も たけつぬみのみこと</sup>が神武天皇東征(奈良盆地へ向けて軍を進める)の時、巨大な八咫鳥<sup>や た がらす</sup>となって先導を務めたとされる故事と、悪霊退治の信仰行事としての相撲とが結びついて行われるようになったと伝えられている。

これらを考え合わせると“重陽の節供”とは、このような菊の力にあやかり、厄を除き不老長寿を祈願すると共に年の収穫を感謝して来年に繋ごうとする祓いの行事であると理解できる。

平安時代の宮中では、この日歌を詠じ菊花酒が嗜まれたといわれるが、行事の細かい決め事は無く、近世に入り「白菊には黄色の綿を、黄色の菊には赤い綿を、赤い菊には白い綿を覆う」という決めがなされた。

江戸時代には宮廷だけでなく大名の間でも菊人形を飾り、菊の品評会を催して重陽を祝い、大奥への献上品には菊花を入れたという事である。

### ○調べてみよう

重陽の節供に関して、地域に残る祭礼、収穫祭等に関する行事、しきたりなどの情報を収集してみよう。

## ☆陰暦（旧暦）と太陽暦

節供の行事は、殆どの地域で現在のカレンダー（太陽暦）の日に行われているので、そこに登場する食材や草花と季節との間に矛盾が生じる。この行事を太陽暦採用以前の旧暦に重ねて考えてみると容易に理解できる。

例えば、現行の3月3日の桃の節句では、実際には未だ桃花は咲いていない時期であるが、旧暦の3月3日は、今のカレンダーでは4月初旬頃で、ちょうど開花の時期である。

人日、端午、七夕、重陽、それぞれの節供も同様に、約1か月遅れの旧暦の時期で見れば、行事と季節が整合するのである。

## □地域の年中行事について調べてみよう

☆節供以外の季節の祭りや恒例行事についてまとめてみよう。

1月

2月

3月

4月

5月

6月

7月

8月

9月

10月

11月

12月

☆その時期の食べ物

☆その行事のしきたり



## □お月様のはなし

### ☆陰暦と月

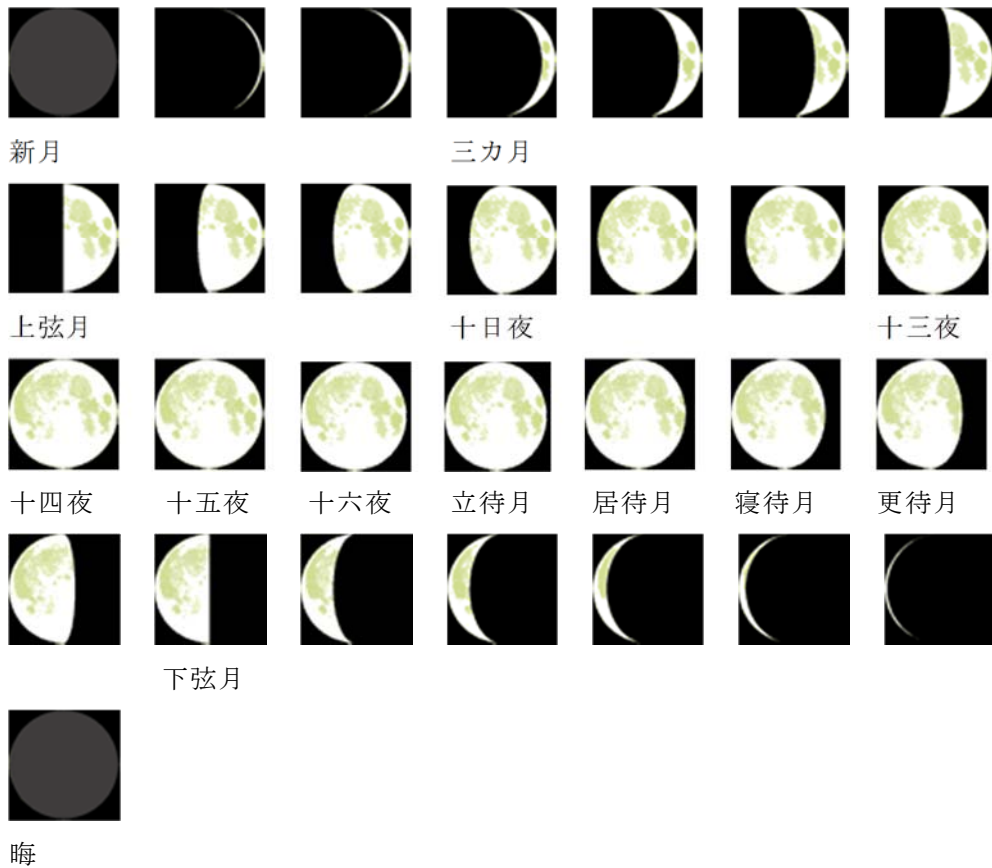
新月(朔)→上弦の月(七日月)→望月(満月)→下弦の月→<sup>つごもり</sup>晦  
このサイクルを「ひと月」という。

### ☆月の呼び方

- 新月 <sup>さくづき</sup> : 朔月、は見えない、月の始まり  
二日月 : 薄く細い月、陰暦で毎月二日に見える月  
三日月 : これから大きくなる希望の月  
上弦の月 : 満ちてゆく半月 (七日月) 夕方、南の空高くみえる  
十日夜 : とうかんや、旧暦 10/10 に行われていた収穫祭  
十三夜 <sup>こもちづき</sup> : 小望月、ぽってりと丸みを帯びた豊かな月  
十四夜 : 満月の直前、14番目の月  
満月 : 望月、丸く輝く満ち足りた月  
十六夜 : いざよい、満月よりやや遅れて昇る月

～満月を過ぎると1日あたり約50分ずつ昇る時刻が遅くなる～  
～十七夜～二十夜を「月待ち月」と呼ぶ～

- 十七夜 <sup>たちまちづき</sup> : 立待月、日暮れ後まもなく昇る月。  
十八夜 <sup>いまちづき</sup> : 居待月、夜になり座って待つうちに昇る月  
十九夜 <sup>ねまちづき</sup> : 寝待月、そろそろ寝ようとする頃に昇る月  
二十夜 <sup>ふけまちづき</sup> : 更待月、夜が更けてからやっと昇る月  
下弦の月 : 欠けてゆく半月、夜中に昇り明け方に南の空高く見える。  
二十三夜 : (夜を更かしつつ月待ちをすると、願いが叶うという言い伝えが)  
沈静の月 : すっかり夜が更けた頃に昇る、次第に消えてゆく月  
晦 <sup>みそか</sup> : つごもり、月の終わり、晦日



## □月に関する行事を調べて見よう

### ☆月に関する行事

十五夜（旧暦 8月15日）芋名月

十三夜（旧暦 9月13日）栗名月

十日夜（旧暦 10月10日）収穫祭



## 挨拶と言葉遣い



## 7. 挨拶と言葉遣い

### □挨拶の本質

出会いのシーンで欠かせない挨拶は、コミュニケーションの入り口であり、その表現は意思を伝達する重要な手段といえる。

普段何気なく交わす挨拶「こんにちは」という言葉には、農耕民の文化が潜在している。単なる挨拶言葉ではなく、「今日は…」と、その言葉の後に会話が続くのである。

冬は寒く、山間部には降雪がなければいけない。夏には気温が上がり、日照がなければいけない。風も雨も四季を通じて程よくなければいけないのである。このバランスが崩れた時、収穫は目減りする。そんなリスクの中、その日の天気を心配したり、喜び合ったりする。これが「こんにちは」の原点である。

挨拶とは、そもそもは仏教用語である。

どんな意味を持つ言葉なのかを探ってみると、面白いことが見えてくるのである。雲水（禅家の修行僧）が寺を訪れた際、玄関先で知見の深淺を問答により試され、実力が認められようやく中に入ることを許されるという、この一連の行為を「挨拶」と言うのである。

「挨」の字には、近づく、開く、の意味が含まれ、「拶」には、迫る、の意味がある。

自ら近づき相手の心をこじ開ける、そんな力強い意味が込められているのである。

私達は生活の常識の中にその言葉を借りて暮らしている。そこには、「心を開いてお互いに理解し合おう」という約束事があることを忘れてはいけないのである。

私達は、挨拶という行為の中で交わすさまざまな言葉を持っている。しかし、日常を振り返ってみると、その言葉は単なる音のやり取りで済ませてしまっていることが多いのではないだろうか。

例えば、お客様をお迎えする時の挨拶言葉、「いらっしゃいませ」はどうだろうか。決まったセリフをただの音として発しているような、感情のない「いらっしゃいませ」に接した経験はないだろうか。また、何か作業をしながら、客に背を向けたままで、反射的にそのセリフを言っている場面も見受けられる。

挨拶言葉に意思を載せる大事な作業を忘れてしまっている事例である。

「いらっしゃいませ」には、「ようこそお出で下さいました」とか、「わざわざお越し下さって有難うございます」というような気持ちをしっかり載せて発するべきであろう。

朝の挨拶「おはようございます」も、「あなたにとって、良い一日でありますように」という気持ちを載せるのもいいだろう。

また、職場や学校では、「今日も一日頑張ろう」という意思を載せて発すれば、声の張りや表情、その場の空気までもが引き締まり、力が湧き出るような爽やかな気持ちになるだろう。

本来の挨拶言葉は、そういう力を持っているのである。

## □言霊という言葉

私達は、もっとも身近な情報伝達手段として言葉を持っている。文字を持たない時代には、伝説や旧辞、物語などを語る職にある語部達の言葉には、「久しき事を言い伝え、または、微妙に事を述べ、自在に事を相通じたる事、言語の妙用（不思議な作用）」として、

そこに霊が宿ると考えられていたくらい重要な伝達手段だったのである。

私達は、言葉を使ってものを考え、また、自分の思考や感覚、感情を表現し、他人とのコミュニケーションを図っている。言葉は、それを使う人の人間性が現れる重要なものである。

日頃皆さんが何気なく使っている言葉をもう一度見直してみる必要があるのではないだろうか。

## □自分の言葉を見直そう

話し言葉にも色々ある。気のおけない仲間同士の会話、会社の同僚との会話、目上の人、上司との会話、お客様との会話など、場面によって使い分けが必要なはずである。

最近では、流行語や新語が続々と登場し、若者達の間では会話の仕方もファッションの一部として、どんどん変化している。

年配の人が聞くと、外国語のようで何を話しているのかまったく理解できない場合すらある。しかし、その会話は仲間同士（内に向かって）のコミュニケーションとしては十分成立しても、外側に向いた場面（社会的）に通用するものではないのである。

また、学校などで先生と生徒の会話も友達口調で話している姿をよく目にするが、場面に応じてお互いの立場をわきまえた話し方が必要なはずである。

言葉は、心を伝達するもの。その中には知識、情報、約束ごとすべてを含むのである。会話には、相手の立場と自分の立場をわきまえた言葉遣いが必要なのである。



## □挨拶からはじめよう

いざ会話をしてみると、その場に適切な言葉が見つからない、言葉にならない、意思表示すら旨くできないという人がいる。

そんな人に限って「こんにちは」「さようなら」「ありがとう」「ごめんなさい」などの基本的な挨拶を、なんでも「どうも、どうも」で済ませてしまったり、「はい」「いいえ」などの簡単な言葉さえもきちんと言えなかったりする傾向がある。

言おうと思っけていても、照れがあつて声にならなかつたり、タイミングを損ねてしまつて言えなかつたりする場合もあるだろう。結果的に、そのはっきりしない態度が相手に不快を与えることになるのである。

先ず、初心に帰つてこの初歩的な挨拶を自分からはっきり言える習慣をもう一度身につけてみてはいかがだろうか。

## □語彙を広げよう

外国人には、日本語は難しいと言ひう。しかし、私達日本人にとつても難しい言語ではないだろうか。

自分の伝えたい事が、頭では分かつていても言葉にするとなかなか相手に正確に伝わらないという事もあるだろう。

ある意味を伝えるための単語は一つだけとは限らない。幾通りかの表現が必ず存在する。

日本語は、同じ意味の単語でも使い分け次第で微妙なニュアンスの違いを伝えることもできる。また、同じ内容の会話をするにしても、それぞれの立場によつて言葉を変えて会話する事ができるのである。

そのためには、自分の持っている言葉（表現方法）のボキャブラリーを広げる必要がある。

先ず、日常使っている言葉について丁寧な表現、尊敬表現、謙讓表現などの使い分けを意識し、整えていく事から始める必要があるだろう。

## □言葉の整えは実践主義で

あなたが現在学生であれば在学中から尊敬語、謙讓語の使い分けを意識した会話に心がけることを勧める。

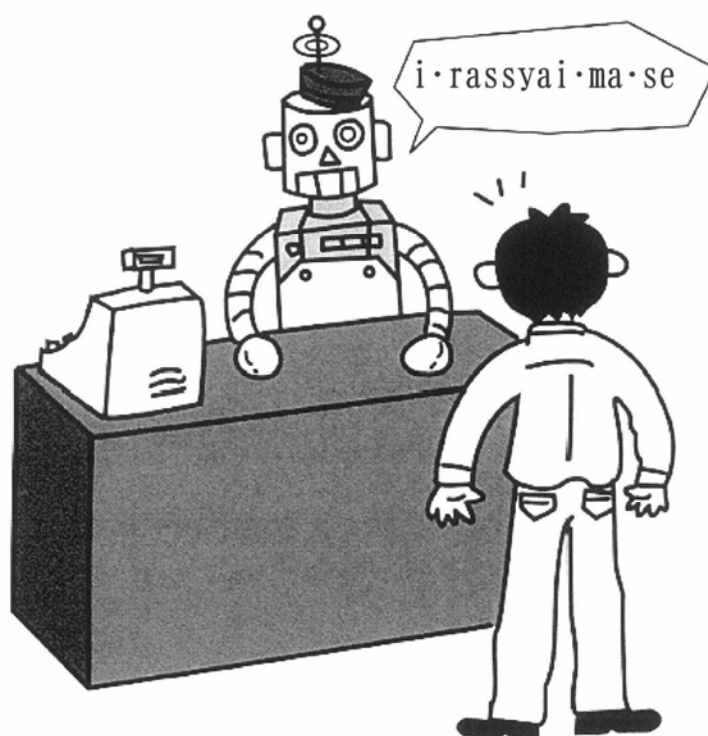
社会人になっても、なかなか思うようにならない所が言葉の難しさである。新人営業マンなどに見られるが、自分の言葉としてこなれていないために、訪問先での言葉遣いを、意識しているわりには尊敬語と謙讓語を取り違えたり、場面にそぐわない言葉を使ってしまうたりしていることがよくある。しかし、相手がその会話の中に心を感じれば、その取り組みの姿勢から、伝えようとしている事柄を理解してくれることだろう。

言葉は言霊である。失敗を恐れずに実践してみよう。最初は、不自然で、初めのうちは、たどたどしい言葉づかいになってしまうかも知れないが、何度も何度も実際に使っている内に、自分の言葉として自然に使いこなせるようになるのである。

逆に、正確に使いこなせても、マイナスイメージになることもある。企業のコールセンターやホテルの電話対応などで、たまにあるケースだが、正確で聞き易い言葉づかいであるにも関わらず、何か冷たさを感じられる時がある。その人の内面から出てくる自然な言葉と違い、その場用に機械的に並べられたような言葉では、いくら流暢な言葉遣いであっても、温もりや誠意が感じられない場合があるのだ。

電話の受け答えなどは、相手が見えないだけに、特にそう感じられる場合が多いのである。

会話に「ヒト」が存在しなければ、コミュニケーションにはならないのである。



## □日常単語ベスト10

日常生活の中でよく使う単語について、尊敬語、謙譲語の使い分けを整理しておこう。

普通語	尊敬表現	謙譲表現
する	なさる	いたす
いる	いらっしゃる	おる
行く	いらっしゃる おいでになる 行かれる	参る 伺う
来る	いらっしゃる おいでになる おみえになる おこしになる 来られる	参る 伺う
言う	おっしゃる	申す
思う	お思いになる	存じる
たずねる	お尋ねになる お訪ねになる	伺う
たべる	召し上がる	頂く
知る	ご存じ	存じる
見る	ご覧になる	拝見する

## □もてなし言葉ベスト20

サービス業では、必須の挨拶言葉として「いらっしゃいませ」「お待ちしております」「ありがとうございます」「行ってらっしゃいませ」「お帰りなさいませ」等が代表として挙げられるが、もてなしの場面でよく使う単語についても丁寧な表現を整理しておこう。

1	きょう	ほんじつ（本日）
2	きのう	さくじつ（昨日）
3	おととい	いっさくじつ（一昨日）
4	あした	みょう にち（明日）
5	あさって	みょうご にち（明後日）
6	あっち	あちら
7	こっち	こちら
8	少し	少々
9	あります	ございます
10	そうです	さようです さようでございます
11	できません	いたしかねます
12	どうですか	いかがですか
13	どうしますか	いかがなさいますか
14	わかりました	かしこまりました
15	知りません	存じません
16	知っていますか	ご存知ですか
17	わかりません	わかりかねます
18	いやです	結構です
19	すぐ来ます	間もなく参ります 只今参ります
20	なんの用ですか	どのようなご用件でしょうか

MEMO



## 席 次





## 8. 席次

### □上座と下座

人が集まれば必ず席次の問題が生じる。封建時代の頃ほどではないにしても、現代でも序列意識は根強く残っている。「会の席次をどうセッティングしたら良いか」また、「自分はどの位置に着座すべきなのか」などは、部屋の構造、席の配列、人員構成などにより違ってくることになる。まずは、生活の場での上座下座について、多少なりともわきまえておく必要があるだろう。

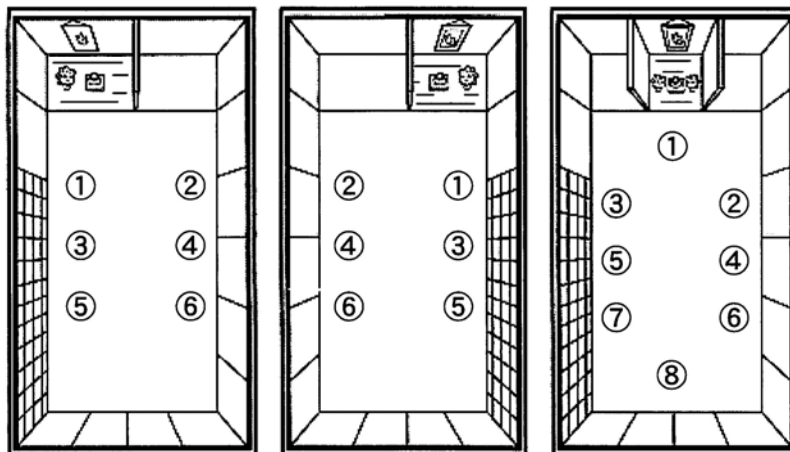
部屋の上座下座については、ごく基本的なパターンを頭に入れておけば、意外と簡単に解決できる。

無難な考え方として、出入り口に近い方が下座、奥の方が上座である。上座は、その部屋の中で一番静かな位置、過ごしやすい環境の位置、また、その場の中心（要）となる位置ということになる。

例えば、和室なら床の間に近い位置、洋室ならマンツルピースや絵画などの飾ってあるような、その部屋のメインとなる側に近い方が上座となる。また、季節の寒暖により上座とする位置を変えたり、日当たりや景色の眺めの良し悪しを基準に考えたりすることもある。それぞれの部屋に照らして確認してみると良いだろう。

また、もてなしとして、茶菓を出したり、食事を出したりすることを想定して、その部屋での動きをシュミレーションしておくことも必要なことである。

☆日本間の上座下座

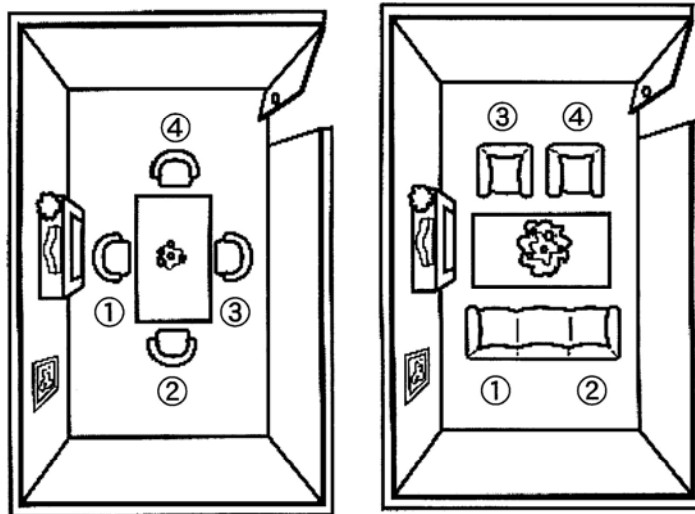


逆勝手

本勝手

もっとも正式な構え

☆洋間の上座下座



## □上座の位置は人で決まる

よく会合などで、席の上下の譲り合いの光景を目にするが、その場の席の上下をあまり意識しすぎるのも問題がある。出席者の序列がはっきりしているような時は別だが、状況によっては、席次の上下を付けても意味のない場合もある。

基本的な序列はあるが、実際はどの席であろうと、その座で中心となるべき人が着いた席を最上位と考えことになるのである。

古文書にも「座の次第は御前にて定まる」としており、メインとなる人が座った所から、その場の序列が決まってくるとされているのである。

その会合で中心になる人達の席次さえ決まれば、あとはそれほど上下を気にしすぎる必要はないということでもある。

席の譲り合いも余りしつこくせず、二、三のやり取りの後、勧められた席に素直に着いてしまう方が良いとされる。

これについても「同輩の時は上下をつけることはせず、ただ素直にその席に座ること」とあり、便宜上、席の上下は付くが、同位席と考えることになる。そこで、自分よりも下座席にいる人に対し、気遣いする心が必要になるわけである。

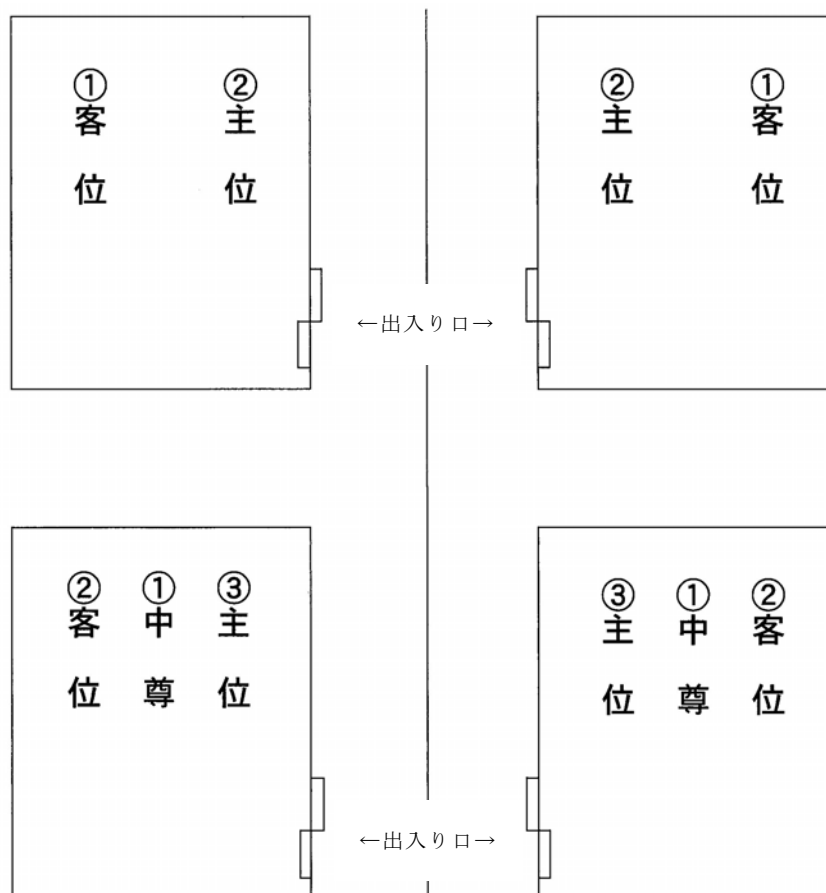
とは言っても、若い人は、先ず自分の立場や年齢などを考慮して着席位置を決めることも大切である。「我が有るべき座よりも下がりにて居るべしと思う心持ち肝要」として、自分が座るべき所よりも少し下座を心がけることも必要であると言っているのである。

## □日本式と国際式

日本式の席次の決め方と、公式として採用している席次の決め方には違いがある。

日本的な考えでは、客位（上席）、主位（次席）の位置を床の間の位置や出入り口の位置等を考慮して、間取りにより変化させて考えるのである。

また、オープンスペースの場合は、基本的に、向かって右側が上位と考える。更に、中心がある場合は真ん中を中尊（最上位）として、客位、主位と続くことになる。



公式な場面での席次として、元首が国賓と並ぶ時などは、お客様は向かって左側に位置する。

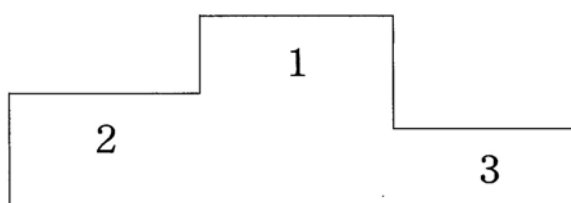
旗の配列も、国旗同士の場合、相手国を立てる場合は相手国を上座（向かって左側）に据える。また、国際会議や大会などの場合は、主催国の国旗を中心に左右に序列をつけていくことになる。（関係の深い順）

卓上旗の場合も同様で、お客様側（相手国側）の席から見て向かって左側が相手国旗、右側に自国旗を配置する。

国旗と団体旗、社旗（校旗）を並べるときは、国旗を向かって左側、社旗を右側に配列することになる。



（正面から見た配列）



表彰台の順位も同様の配列であることが分かる。

## □公式席次と儀礼席次

国家が官職に就いている人に与える席次を公式席次。それ以外の社会人に礼儀として与える席次を儀礼席次という。カナダやマレーシアなどのように、公式席次を公表している国もあるが、アメリカ合衆国のように行事ごとに決めることを建前として、公表しない国もある。

日本では、諸外国の方式に準じた暫定席次となっている。

通常の基準として、①皇族 ②内閣総理大臣 ③衆議院議長 ④参議院議長 ⑤最高裁判所長官 ⑥駐日各国大使 ⑦外務大臣 ⑧その他の閣僚（官制順） ⑨認証官 ⑩国会議員 ⑪各省次官 ⑫儀典長 ⑬各省局長 ⑭臨時代理大使 ⑮大使館公使 ⑯各省局次長 ⑰大使館参事官の順になっている。

儀礼席次は、主要経済団体の長、実業家、文化人など公式席次の対象にならない要人に与えられ、社会的地位や年齢などを考慮して決定する。

これらの人々が夫人と共に同席したり、外国人が加わったりすることになれば、序列は更に複雑になる。

この場合は、その会合の趣旨、目的を考慮して先例も参考にし、出席者の経歴、年齢を勘案して決めていくことになるのであるが、そこにも原則がある。

①夫人は原則的に夫の席次に準じる ②同様の地位にある人々には、年長者を優先させる ③同一階級の内外人の間では、外国人、在外邦人を優先させる ④婦人同士では、既婚婦人、未亡人、離婚婦人、未婚婦人の順とする、などを基準に決められるわけである。

私達一般の席次の決め方は、この方式に準じる必要もないだろう

が、会の趣旨や目的によりどこまで序列を意識するのか、上位席をどこにセットするのか、という段取りは必要となる。

### □床の間は何故上座なのか

床の間が設えてある和室は、格式のある客間として使われる。

古来、この様な所へ通された客は、床の間の前へ座り、そこに掛けてある軸、置かれている香炉、生けてある花などを拝見するという作法がある。

床の間は、掛物を外し、花を取ってしまえば、ただ壁だけが見える空間になってしまう。しかし、いったんそこに掛け物が飾られ、或いは、花が生けられた時は、床柱、落とし掛け、向い柱、床框（床の基本的な構造）に囲まれた四角い額縁にびたりと収まり、軸、花などがバランスよく調和して、一つの絵を鑑賞する時のようなすばらしい効果を発揮するのである。

床の間の由来も諸説あるが、元々は建物が寝殿造りの頃は、自分の居るスペースで信仰する仏像などを台座に安置して大事にしていたものが、書院造りとなってからは、それが部屋に作り付けとなる。

しかし、信仰の対象が生活空間にいつもあると、生活し辛くなることも…。そこで、仏像は、仏画や高僧の書いた文字に変化していく。それが掛け軸である。かくして、信仰の対象は、仏間として別室に設えるようになり、床の間はもてなしのための飾り付けの空間として機能するのである。

元々が仏間的空間であるため、書院床飾りでは、仏像から変化した掛け軸、そして仏具足である香炉、燭台、花が飾られることになる。ただし、床の飾りの内容に関しては細かいルールはない。古文



書にも、「その客の心を請けて飾るのであるから定法はなく、大方この類のものを飾るように」とあり、季節の行事であれば、それらしいものを工夫して飾ればよいとされるのである。

千利休により、艶やかな書院床とは趣の異なる茶室の床の間で、その美的センスは更に洗練されることになる。

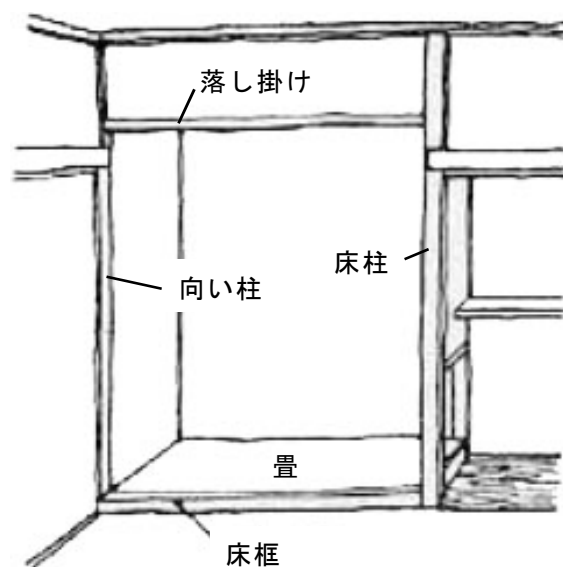
亭主（もてなし側）は、如何にもその季節に相応しく、或いは、その客に合ったように（例えば、祝う心、送別の心、再会を喜ぶ心など）、掛け物の文言や絵を選び、また、それに見合う花を生けることで、亭主が客を迎える心を無言のうちに示しているのである。一見無駄な空間のように思われるが、床の間は私達日本人にとって、心を映す大事な空間といえるのである。

## □床の間の種類

床の間の形式は数多く存在するが、八種に大別できる。

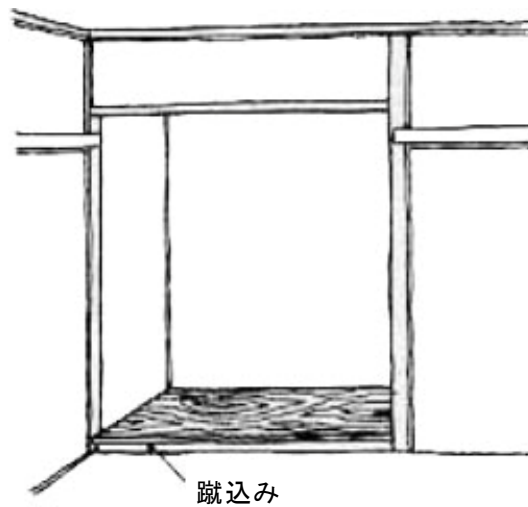
### ☆本 床

本床は最も硬い形式のもので、床柱は、唐木、唐丸太、皮附丸太、その他種々の材料が使われる。框は呂色の塗框、その上端と同一面に畳を敷き込む。縁は紋縁を用いる。落掛は、桐及び杉柁等を使用するケースが多く、また、中に敷く畳の代わりに「ござ」を板の上に敷いたり、薄板を張ったりする場合もある、これは略式。



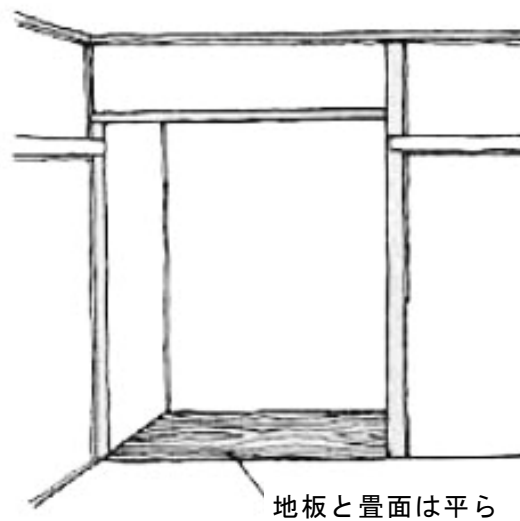
### ☆蹴込床

本床を真の床とすれば、これは行の床ともいうべきもの。床框の代わりに蹴込み板を取り付け、その上に厚い床板を張り、他の部分は本床と同一手法による。



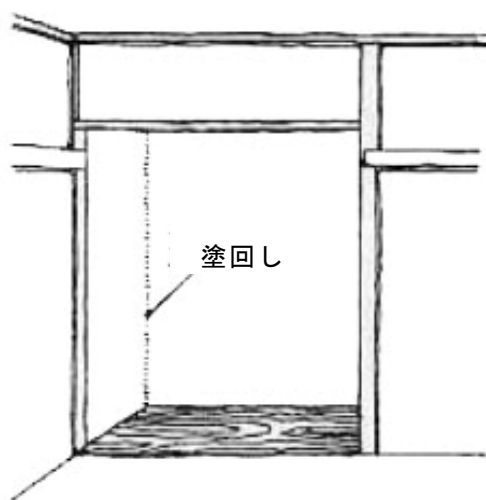
### ☆踏込床

床の内部を地板とし、畳の上端と同一面に張る形のもの。



ほら  
☆洞 床

床の内部、壁面及び天井、落掛廻りをすべて壁の塗り廻しとし、隅の柱も全て壁を以って塗り込みとし、地板張ることは踏込床と同様。



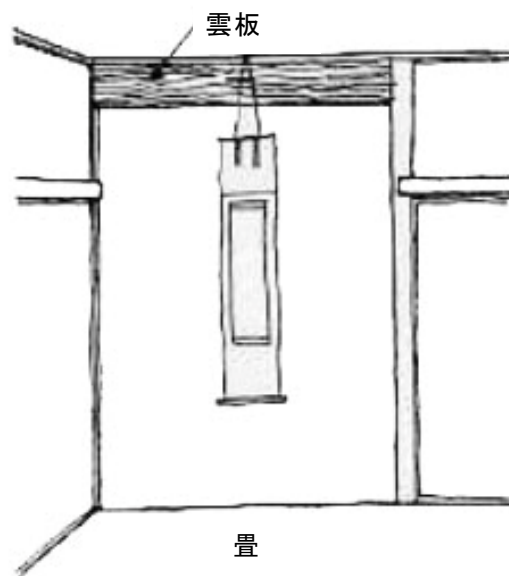
☆釣 床

座敷内の一隅に天井から釣束つりづかを下げ、落掛を取り付け、その側面を壁とし、その下方は座敷の畳のまま。



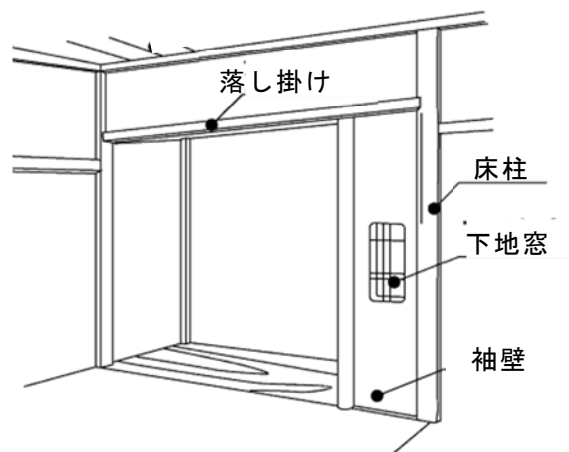
### ☆織部床

室内の上位部の壁へ幅六～七寸位（18～21cm）の板を、天井から廻縁下端、柱と柱の間に取り付けて床の間として使用するものをいう。その板を俗に雲板と呼ぶ。下方は畳のままにしておく。



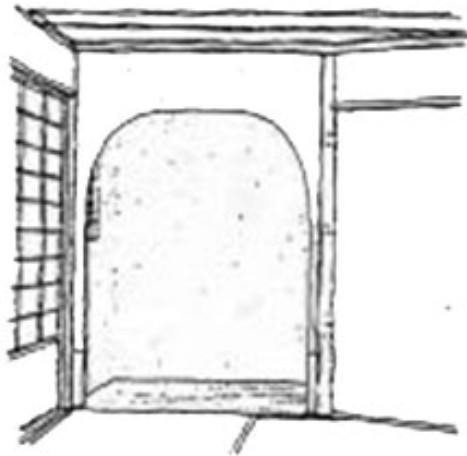
### ☆袋 床

床の、間口の内左右の何れかに縦に袖壁を設けたもので、下部は床框、蹴込板、又は地板等の手法で造られる。袖壁には切抜き壁、下地窓等の意匠が工夫される場合が多い。



がんわりとこ  
☆ 龕破床

洞床の袖壁を左右両側につけた床。龕とは仏様の厨子のことで、それが破れたような形の床という意である。



☆その他、置き床（非常に簡易な移動式の床）などもある。



## 日本のもてなし





## 9. 日本のもてなし

### □もてなしとサービスの違い

ビジネスでいうサービスとは、その行為に対して対価を頂く、いわば等価交換から始まるものであろう。これは、ルールに基づいた物質的な行為が中心となる。

対して「もてなし」となると奥が深く一言で言い表せるものではない。正に日本独特の情緒的思想である。極論を言えば見返りを求めることなくひたすら相手のためを考えて行動することに繋がる。

この情緒的な感性を如何にサービスに乗せられるかで、付加価値と奥行きが表現できるのである。

### □準備の気遣い

もてなしとは、どのような用件で訪れる人でも、また、こちらからお招きした方でも、そのひと時を心から和んでいただけるよう心配りをすることである。一般家庭であれ、会社であれ、基本的な心の部分は同じである。

もてなしの第一歩は、準備から始まる。

第一に挙げられる条件は、清掃である。玄関周りから応接する部屋まで清潔さを心がけ、きちんと整理しておきたいものである。

玄関は、その家の顔。お客様が最初に出会う空間である玄関が乱れていたのでは、後でいくら立派な応対をしても、そこで損ねた印象を払拭することは難しい。

禅寺などの上がり口には『脚下照雇』と書かれた札が立っている。自分の足元をもう一度見つめ直しなさいという意味だが、これは、履物の扱い方ひとつで人柄が窺えるということだけでなく、玄関や応接間の乱雑さは、その人の性格やその家、または、その会社の内

情をも映し出していることに通じる言葉として理解できるのである。

特に、ホテルや旅館、飲食業などは、お客様をお迎えするための演出としても、玄関周りの清掃、整備は、人員配置も含めて必要となる。

また、一般企業でも、受付の状態や担当者の行動なども含まれる。約束を予定に組み込んであるか。受付や案内、応対者に事前の連絡、打ち合わせがしてあるか、なども重要な準備である。

### □迎える心遣い

サービス業の出迎えで重要なことは、お客様にとって、自分が歓迎されているという感覚を、最初の出会いで感じられることである。

そこには、スタッフとの出会いや空間の心地よさが、さりげなく演出されていることが重要となる。（勿論一般家庭でも同様である）

夏ならば玄関先に打ち水をしたり、三和土<sup>たたき</sup>を洗い流してあったりすると、なんとも清々しい気持ちになるものである。

また、雨の日であれば傘立てを出しておいたり、濡れたコートを掛けるハンガーを用意したりと、細かい気付きがもてなしの気遣いに通じるポイントになる。

玄関や部屋の飾りも、古来「飾りは、そのお客の心を受けて飾るもの」とされ、大げさなものでなくても、ちょっとした季節感やセンスの表れに、その心が偲ばれるのである。

ホテルや旅館でのお迎えで注意が必要なことは、団体客にばかり気を取られて、個人で来られたお客様の対応が遅れてしまうことで

ある。特に地方の観光地などでは、この対応の違いにクレームが寄せられることが多いので注意したい。

### ☆挨拶ははっきりと

ホテル、旅館、レストラン等でお客様を迎えるとき、ハード面の整備は勿論のこと、「いらっしゃいませ」と笑顔で気持ち良くお迎えすることになる。

予約されているお客様へは、「いらっしゃいませ。お待ちしております」と一言添えることになるだろう。また、お客様の名前が分かっているならば、「いらっしゃいませ。〇〇様ですね、お待ちしております」となると更に気持ちが良い。

常連客なら、更に「いつもありがとうございます」と言葉が続くことになる。

遠方からお越しのお客様へは、労いの言葉をお掛けすることもあるだろう。

言葉は、生きものである。決まり台詞のような無機質な挨拶や会話でなく、お客様個々との自然な会話に心がける事が必要である。

## □送る心

お客様がお帰りになる時の心遣いは、更に重要である。

一般家庭の場合、靴を履きやすい位置にセットしたり、靴ペラを用意しておくことは勿論だが、お客様が玄関を出た途端カギを掛ける音がしたり、門を出るか出ないかのうちに外灯が消されてしまったりしたら、せっかくの訪問も迷惑だったのかと寂しい思いをすることだろう。

別れた後も、相手のことを思い一呼吸おく心遣い『残心』が必要となる。

送り方についても、その場で別れる場合、玄関まで送る場合、外まで出て見送る場合と、方法に軽重（真草）がある。

何時も来ている親しい友人を見送る時と違い、久しぶりに訪ねて来た友人を見送る場合や大事なお客様をお送りする場合などは、自然と何時もよりも丁寧な見送り方になっているはずである。

古くは、客を送り出す方法として、部屋で送り、縁側で送り、更に庭まで出て送り、特に敬う方法は門まで出て見送るという作法があった。

この、人を送る作法に関連して、幕末の大老「井伊直弼」の茶事について語られている。この人物は、安政の大獄で悪名高い印象であるが、一流の茶人として名を残している人物である。

この茶人は、「一期一会」の心で客を茶事でもてなした後、その客を送り出す時、その姿が見えなくなるまで見送り、そのあとでその客を偲んで一人で茶を点でて静かに飲むという。その余韻を、また、しめくくりを大切に重んじる心が窺える。

また、昭和初期までは、客を送る場合は、雨落ちの外まで必ず出て姿の見えなくなるまで見送る躰が行われていたという。

丁寧な送りとは、客にランク付けして送り方を変えるのではなく、余韻や後味を大切にする心をもった送り方を心がけることである。

日本人は、終わりぎわを美しくすることへの感覚を大切にする文化を持っている。人の評価も、過去の業績よりもその引き際の良し悪しで評価される事例は多い。

人をもてなす事についても同様に、最後の送り出しの方法一つで印象を左右することになるのである。

この、「しめくくりを大切にする心」の意識付けは特に重要である。

## □もてなしの構成要素

もてなしを構成する要素とは、「設え」「装い」「振舞」であるといわれている。

設えは、<sup>しつらい</sup>室礼ともいい、お客様を招くためにその空間を清浄にし、客の嗜好やその季節らしさを表現し、整え飾ること。正に、「準備の気遣い」である。

装いは、相手の嗜好や季節、もてなしの趣旨に合わせて身なりや外観を整えること。正に身嗜みのことである。

振舞いは、時と場所、相手や場面に相応しい態度や身のこなしのことである。

「日本のコミュニケーション」の項でも詳しく解説しているが、もてなし側は相手が何を望み、何に喜びを感じてくれるかを常に予測し、思い遣り、計画を立てることになる。正に、「情報に気付いて工夫する」という思考の実現である。

## □和食の文化

「日本人と季節感」の項でも触れているが、日本の食文化は四季折々の年中行事と密接に関わりを持っている。

和食には、ただ食べる事だけの料理ではない要素が含まれているのである。

自然を崇め、収穫に対する感謝の行事などは、まさしく神や祖霊に食事を供えもてなす行事である。

また、季節の移ろいを美として表現する感性が、食に生かされ、料理そのものが客をもてなす精神を反映しているのである。

そこには、器や盛り付け、彩りを楽しみ、旬の香りを楽しみ、季節の移ろいを感じながら食材と料理の味を楽しむ、という五感で食する醍醐味がある。

室町時代の料理の盛り付けに、もてなし料理に三色を盛り付ける「三峯膳<sup>さんぼうぜん</sup>」という料理がある。椀に高く飯を盛り、季節を表す三種類（三色）の粉をふりかけたものである。

四季の山の色を表現し、春の山色を青、夏の山色を黄、秋の山色を赤、冬の山色を白とする。

すべての色を盛ってしまうと時間の流れが止まってしまうため、時の移ろいを表現するには、今の季節の反対側の季節の色を使わない事で、過去、現在、未来と時間の流れを表現するという作法である。

例えば、今の季節が春であれば、過去＝冬の白、現在＝春の青、未来＝夏の黄を盛り付けて、反対側の秋の色は使わないという事である。

また、刺身についても、陽の切り身は陰の器に、陰の切り身は陽の器に盛り付けるという考え方もあった。

現在の食材に例えるならば、鯛や鮪の様に厚切りの刺身は、切り身が陽の刃面側にあるので陽の食材、平目や河豚の様に薄造りの刺身は、切り身が陰の刃面側にあるので陰の食材となり、陽の物は陰の形である四角い器へ、陰の物は陽の形である丸い器へ盛り付けるというのである。

まだ料理といっても今の様に旨味の効いた料理はできなかった時代にも、もてなしの形を盛り付けに表現しているのである。

時代も下り江戸期になると、かつおだしの取り方を指南した料理書『料理物語』（1643年）も登場し、材料としてかつおや昆布が使用されるようになるのである。この出しという旨味の発見と醤油や味醂の普及で格段に料理が発達することになる。

同時に外食産業が出現し、ますます日本の食文化が発展するのである。



## □箸の国日本

西洋の食事では、ナイフ、フォーク、スプーンなどの多彩な道具を使い分けるのに対して、日本の「箸」は、簡素で単純な構造にもかかわらず、これひとつで食材を引き裂く、ちぎる、挟む、つまむといった食事に必要な一連の動作をこなしてしまう優れた道具なのである。

箸を使う国は、中国、朝鮮半島、ベトナムなどにも見られるが、他の道具（匙<sup>さじ</sup>など）と合わせて使う場合が多く、純粹に箸だけですべてを賄う食事法は日本だけといえる。

調理法も、刺身や焼き物、椀物、鍋物、うどん、そば、どれをとってもナイフ、フォークでは食べ難く、やはり箸が似合うのである。箸中心であるが故に、スプーン機能の道具を持たなかったこともあり、汁椀なども直に口を付けて汁を吸うように作られてきた。更に言えば、和食そのものが、そもそも箸使いの食事を想定して創作されているのである。

これだけ器用に使いこなすべき道具であるから、当然として使い勝手、清潔感、美的センスといったものが加味され、機能美に優れた完成度の高い道具として今日に伝わっているのである。

## ☆箸のこだわり

日本人は、箸に対する拘りが強い人が多いといわれる。確かに、家族銘々の箸が決まっている家庭が多い。毎日自分専用の箸で食事をしている訳であるから、たとえ家族であっても自分の箸を他の人が使っていたならば、抵抗感を覚える人がいるのも自然のことであろう。

かつて山仕事をする人達は山に持って行く弁当には箸を持たず、現場で木の枝から簡易の箸を仕立てて食事をし、食後はその箸を折ることで機能を破棄して山に置いて来るか、持ち帰って燃やしたという。山の霊を持ち帰らないための呪いともいわれている。

これは、古来箸は神事に用いられた道具であることに由来する。神に御饌みけを供える時に箸を添えるが、この箸が依代よりしろ（神の降りる目印）としての役目をする。したがって、箸は神聖な存在であり、扱いについての取り決めが事細かに成されるのである。

この依代の感覚が、箸の民俗として染みついているために、自分の箸を他人が口にするとすると、何かいやな気がするという事に関連するのだろう。フォークやスプーンの場合は、そんな感覚は起きないのが不思議である。

### ☆箸の正式、略式

正式の箸は、柳箸で祝い事や神事に用いられる箸である。中太両細の両口箸の形をしている。本来は、神人共食の箸とされ、一方の端を神が使い、もう一端を人が使うという意味を表している形である。柳箸は節や筋目がなく、白色で清浄な生命力のある縁起の良い木とされ、格別に重用されるのである。

また、杉素材の箸で中太両細の両口箸として、利休箸が代表されるが、重心が箸の中心に置かれバランスの良い使い易い箸である。

千利休は、客を招く日の朝に自ら杉材の箸の両端を細く削り出してその芳香をもてなしとしたと伝えられる。

利休箸に限らず杉素材の箸は、自然素材の香りがよく、濡らすと正目が浮き出て美しい箸である。また、箸が濡れることで、食材が滑らず挟み上げ易くなり、箸には食べ物がかびり付き難くなるとい

う、表面加工していない自然素材ならではのメリットがある。

正式な箸とは、加工を施さない自然素材そのままの白木の箸のことであり、その目的だけのために用意された箸のことで、一回使うと再使用はしない。

略式の箸とは、一般に言う塗り箸のことで、長期間毎日使う銘々箸のことである。

割り箸は、江戸時代の後期に考案されたもので、お客様用に多く使われる。やはり一回限りの使用で廃棄することから、清潔好きな日本人らしい発想なのだろう。

しかし、現在では森林保護やエコ思考の観点から割り箸を使わないという人や飲食店も増えて来た。

「塗り箸で芋を盛る」という諺がある。つるつる滑って挟めないことから、物事が思いどおりにいかずやりにくい例えだが、昔はお客様用として用意していた塗り箸は大抵そんな箸であった。

箸も最近では機能的に大分進化している。塗り箸も、食材を挟み易くする加工を施し使い易くなっている。もし、割り箸を使わないのであれば、使い易い塗り箸の用意が必要だろう。

## ☆箸の使い方

洋食のマナーについては、何らかの機会に経験したり、実際外食自体が洋風の場合が多かったりするので、最近では常識の範囲内に定着している。しかし、日本人でありながら、和食のマナーとなると不安になってくる人が多いのも事実である。

近年、世界的にも日本食がブームとなり、2013年12月にはユネスコ無形文化遺産に「日本人の伝統的食文化」として「和食」の登

録が正式に決まった。

世界に誇れる食文化であるが、そこにはそれなりの食作法が必ず付きまとう。和食の作法を理解するためには、箸使いそのものを理解することで容易に解決する場合が多い。

日本料理の食作法は「箸に始まり、箸に終わる」というほど箸の上げ下ろしまで細かいしきたりが作られている。

食作法自体、元来、動物的な欲求をむき出しにした振舞を抑えて、食事を通じて人としての心の通い合いをもてるようにという配慮が生み出した形であるといわれている。そこには、共に食する相手に不快な思いをさせない配慮が前提となる。

和食の食べ方の基本は、嫌い箸の類をしないことである。この箸使いをしない食べ方を意識することで、マナーとしては十分通用するのである。ここで、代表的な嫌い箸をいくつか紹介する。

#### ☆迷い箸

どのお数を食べようかと、箸先がお数の上をあちこち迷ってうろつくこと。

#### ☆移り箸

主食であるご飯に箸を付けず、お数からまた別のお数へとお数類ばかりに箸を付けること。

#### ☆探り箸

汁物や茶わん蒸しなど、かき混ぜて中身を探ること。

#### ☆かき箸

茶碗の縁に口を付け箸でかき込むこと。

#### ☆寄せ箸

箸で器を引き寄せること。

#### ☆刺し箸

里芋などの様に挟み上げにくい食べ物を箸で突き刺すこと。

#### ☆指し箸

箸先を人に向けたり、箸で何かを指したりすること。

#### ☆涙箸

刺身の醤油など、箸先からぽたぽたと汁を垂らすこと。

#### ☆込み箸

先に食べたものがまだ口に残っているのに、次の食べ物を箸で口に押し込むこと。

#### ☆ねぶり箸

箸先を口に入れて舐めること。

#### ☆叩き箸

箸で器をたたくこと。

普段の食事も、この箸使いをしないよう心がけると良い。  
また、外国人客への箸の使い方指導も、身振りで伝えやすいこともあり、コミュニケーションの種としても十分利用できる。

他にも、嫌い箸とされる行為はたくさんあるので調べてみよう。

## □包みと結びの文化

日本人は中元や歳暮など、季節の折々に贈答をしあう習慣を今でも大切にしている。それも、ただ送るというだけでなく、贈る品に紙を掛け、水引を結ぶ習慣を今でも守っている。

かつての包みは、現代の包装とは異なり品物を白い和紙で包んだり、覆ったりする形式をとっていた。

白い和紙で品物を覆うことで、身の汚れや外界の悪疫からその品物を隔てる「結界」の役割を果たす意味が込められていたのである。

また、水引は唐からの渡来品の箱を四手にかけて結んだ紅白の麻糸が変化したもので、現代のような水引としての使われ方になったのは江戸時代中期頃からといわれている。

### ☆<sup>きんす</sup>金子包み

祝い包みの始まりは、お祝いに餅を搗けば黄粉を、強飯（赤飯）ならば胡麻や塩を折形に包み添えたもので、これらの包みを総称して粉包み<sup>こなづつ</sup>といい、現在では、この包みを応用して現金を包むようになったのである。不祝儀の包みも同様で、香を包むためのものに現金を包むようになったのである。

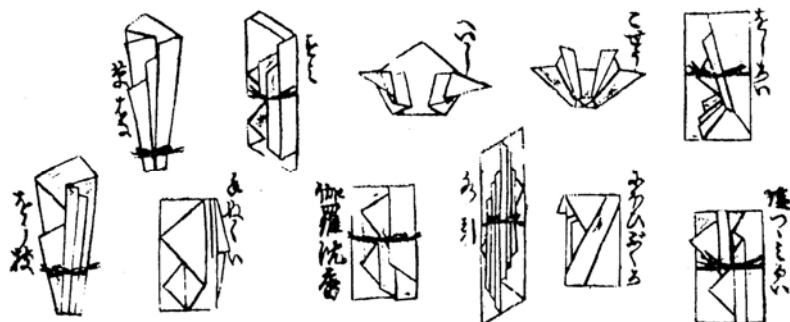
もとは、現物の品を届けたものであるが、現金に取って代わったのは、明治以降で紙幣が普及してからのことである。

いずれにしても、相手に差し上げる物を外界の汚れから守り、大事にするという思い遣りの心、もてなしの精神が反映されているのである。

## ☆折形

粉包のバリエーションも数種類、その他にも熨斗を包むための熨斗包をはじめ、筆、墨、扇子、箸、茶杓、茶筌、茶柄杓櫛、反物、産着、色紙、短冊、などいろいろな道具に対する包み方が存在する。花を包むための花包みも菊のような茎の強い花、萩のように項垂<sup>うなだ</sup>れてしまう花、桃や桜のような木のものなどにより包み方を違えるなど、日本の贈答は、贈る「心」をデザインし、贈答の「形」を作り上げているのである。その折形の種類は400種類以上存在するといわれている。

物を大切にするための折形の技術が、折鶴に代表される折紙文化として今に至り、延いては、宇宙技術にまで応用されるのである。



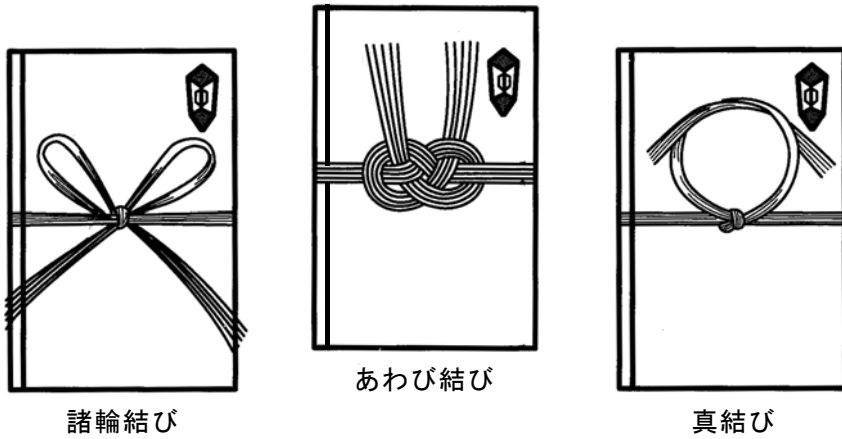
## ☆結び

祝儀包みの水引の結び方には、二つの大きな違いがある。

結び切りといわれるものとして、あわび結びや真結びのように、ひもの先端を引いても解けない結びは、主に結婚祝いや繰り返しのない祝い事などに用いる。

また、諸輪結び（蝶結び）のように、水引の先端を引けば解ける結び方のものは、何度重なっても嬉しい祝い事やお礼などに用いる。

弔事の結びは、重なることを嫌って解けない結びになるのである。



#### のし □熨斗について

そもそも祝い事に現金を包む習慣が一般化したのは、明治時代以降、紙幣が登場し普及してからのことである。

それ以前は、酒と肴（酒菜）<sup>さかな</sup>や強飯、餅などをお祝いとして届けるものであった。これは、神に供える神饌<sup>しんせん</sup>を意味する。祝いとは神をもてなし、共に食する神人共食の儀式といえる。

本来熨斗とは、鮎を細長く切り「火のし」で平たく延したことから「熨斗」という。

お祝いを包むということは、現金を酒に見立て、そこに「肴」を添え、酒肴を贈る意味になる。それは、「共に盃を一献<sup>いっこん</sup>交わし、お祝いしよう」という祝意を込めた形といえる。

一献とは、一品の料理で互いに盃三杯ずつ飲み合うことをいう。古式三献式では、一献ごとに肴も入れ替わるので、その料理を思案することを献立というのである。

熨斗の意味が分かれば、見舞いや弔事の包みには熨斗を付けない事も理解できる。





外客のもてなし



## 10. 外客のもてなし

### □ますます増える訪日旅行者

訪日旅行者数は徐々に増え、2003年ビジットジャパンキャンペーン開始を機に急増した。

2007年からの世界金融危機、翌年のリーマンショックの影響で、2009年には697万人に落ち込んだが、2010年には過去最高の約861万人に達した。翌年は、東日本大震災の影響や尖閣諸島問題等の諸事情で、約622万人にまで減少しましたが、翌2012年には837万人まで回復した。

訪日目的別で見ると、観光目的が6割弱を占めている。

観光庁は、訪日旅行者数を将来的には3000万人とすることを目標とした「ビジットジャパン計画」の実現に向けて、2020年までに2500万人の中間的な目標の達成を目指している。

各県各観光地も例外なく外国人観光客を受け入れるための人材育成や体制作りが急務であり、各地域の観光資源を目的地として誘客を図る企画が、更に重要となるだろう。

そして、2013年9月8日、ついに2020年オリンピックの東京開催が決定した。

インバウンド観光客の更なる増加が予想されるこれからの時代、地方の観光地（温泉地）への誘客には、外客対応のできる宿泊施設が重要なファクターを占めることは間違いないであろう。

### □外国人客にどう接すれば良いのか

結論を先に述べるとすれば、「外国人客だから特別な方法で接しなければいけない」ということはない。

普段どおりの各旅館、ホテルの特徴を活かした歓待を心がけ、日

本の宿らしい「もてなし」に心がければ問題は無いのである。

基本的には、日本人と外国人と分け隔てなくおもてなしをすることが重要で、「差別をされている」という印象を持たれないように配慮すべきである。

外国からのお客様は、私たちの想像以上に「日本」や「日本文化」に関して興味を抱いている。それらに関して思い掛けない質問を受けることが多々ある。その時、的確に情報提供ができるように、あらかじめ、日本文化（日本の食文化、地域の歴史、民俗、地元市町村の規模、産業、農産物、名物など）に関する知識を準備し、身に付けておくべきである。

また、外国のお客様には、彼らの日常には無い公衆ルール（例えば、大浴場に代表される日本の風呂の入り方やルール、和食の食べ方、畳に敷いた布団で寝ることができるかなど）の理解を求めるための情報提供も必要である。

同時に、もてなし側は、お客様の持つ文化（異文化）への理解が重要となる。例えば、国柄、習慣、宗教、食べ物等である。

日本体験を満喫して貰おうとしても、相手に受け入れ難いものを提供して、不快感を持たれてしまったなら、折角のもてなしも台無しになってしまうだけでなく、今後の誘客そのものにも影響が出てしまうかも知れない。

代表的な異文化の食べ物制限や習慣を押さえておくだけでも、サービスの付加価値作りに役立ち、また、事故の防止対策にも繋がるのである。

## □お客様の文化的背景を把握する

外国人客に対してのおもてなしのポイントとして、お客様の文化的背景を把握すること、人種、民族、言語、宗教的な生活習慣などであるが、特にその方の信仰する宗教、その国の主宗教への意識はとても重要である。

日本人は、宗教や信仰について無頓着な人が多く見られる。たとえ神仏を信仰していても、一般生活において宗教的制約を受けることが殆ど無いからかも知れない。それ故、トラブルを回避する為にも、特に意識をする必要があり、気遣い気配りをする事はとても重要なことである。

料理について言えば、「食べることができないもの」「食べてはいけないもの」「食べたくないもの」をお客様から確認することによって、宗教対策、アレルギー対策などの解決策が講じられる。

外国人のお客様に関する最大のトラブルは、イスラム教、ヒンドゥー教、ユダヤ教などを信仰する方達が、宗教的に禁じられているものを知らずに食べてしまうことである。そんなリスクを回避する為にもポイントを確認して置く必要があるだろう。

もし、ホテル・旅館等が、そんな事情を持つ外国人旅行者向けに個別対応できたなら、また、新たな誘客の道が開けるかも知れない。

## □世界宗教人口ベスト3

- 1位 キリスト教を信仰する人は、世界人口の約 33.3% = 22.5 億人
  - 2位 イスラム教を信仰する人は、世界人口の約 22.2% = 15 億人
  - 3位 ヒンドゥー教を信仰する人は、世界人口の約 13.5% = 19.1 億人
- 因みに、第4位は無宗教で世界人口の約 11.4% = 7.7 億人、

仏教を信仰する人は、世界人口の約5.7%=3.8億人、  
神道に至っては0.04%=278万人といわれている。

私達、日本人にとってごく当たり前の信仰心や宗教観は、この数字から見る限り、世界の中でも少数派と言えるのである。

この事実を、しっかり受け止め、ただ一方的に日本文化を伝えようとするのではなく、外客の持つ文化や習慣にも意識をもったもてなしが重要となる。

例えば、日本らしさを体験してもらおうと、神社を案内する場合、見学やお参りの仕方を伝えるまでは良いのだが、実際に体験としてお参りをしてみたい人もいれば、中には宗教上拒否したい人もいるという事である。

こちらの良かれと思ってする行為が、思い込みの行動であったならば、もてなしとはならず、返ってクレームの対象となってしまうので気を付けたい。

## □素朴な疑問に答えられる準備を

☆日本に祭りが多いのはどうして？

☆お礼を言うときでも「すみません」とあやまるのはなぜ？

☆どうして、茶道でお茶碗をくるくる回すの？

☆どうして、日本人はお花見で大騒ぎをするの？

☆日本人を誘ったら「また今度」と言われたが、「今度」っていつ？

訪日外国人は、日本の象徴的な文化については意外とよく調べて来ている。しかし、上記のような思いもよらぬ素朴な疑問を抱いている人は意外と多いのである。サブカルチャーやB級グルメなども含め、情報提供ができるよう下調べが必要であろう。

## □地域の事について調べてみよう

皆さんの地域の事柄について、情報を収集してみよう。

(住んでいる地域のこと、学校や職場であれば、その所在地域のこと)

☆都道府県名は\_\_\_\_\_ 人口は? \_\_\_\_\_人

☆男女比は? 男 \_\_\_\_\_人 女 \_\_\_\_\_人

☆市町村名は\_\_\_\_\_ 人口は? \_\_\_\_\_人

☆男女比は? 男 \_\_\_\_\_人 女 \_\_\_\_\_人

☆地域の平均年齢は? \_\_\_\_\_歳

☆この地域の代表的な産業は? \_\_\_\_\_

☆代表的な農水産物は? \_\_\_\_\_

☆地域の伝統料理は? \_\_\_\_\_

☆地域の名物は? \_\_\_\_\_

☆お勧めのお土産は? \_\_\_\_\_

☆是非行ってもらいたい地元観光地は? \_\_\_\_\_

☆地域出身の有名人、著名人は? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



☆地域の歴史について

☆地域の民俗について

☆地域の祭りについて

☆その他、是非伝えたい地域文化として、どんなものがあるか調べてみよう。

MEMO



## 外国人から見た日本文化



## 11. 外国人から見た日本文化

### □神々の国日本

私たちの身の回りを見渡すと、町のそこかしこに神社やほこらが存在する。それは、八百万やおよろずの神といわれるほど多くの神々が祀られているのである。

日本の神々の世界は、キリスト教やイスラム教が一神教なのに対し、ギリシャ神話・ローマ神話の神々やヒンドゥー教の神々同様、多神教の世界だといえる。

ギリシャ神話やローマ神話に活躍する神々が人格的存在であるのに対し、日本の神話「古事記」には、人間味あふれた神々が登場する一方、雷・火・火山・海・山・木・峠・川などに鎮座する神々が無限に存在する。すべてのものに霊が宿っているという考えである。

これらの神々は目に見えない存在であり、例えば、山や木、雷そのものが神なのではなく、そうした存在や現象として顕われている。故に、具体的に何が神だというものはなく、神とは神秘いけいであり、畏敬の念を起させる存在としている。

そのような神々からの恩恵によって生かされていると考え、大自然との調和を大切に、敬ってきたのである。

この「和」を重んじる精神が、もてなしの情緒的な心を育み、また、他宗教や異文化を受容する日本独特の文化として培われてきたのである。

前項でも紹介したが、日本の神道は世界人口の僅か0.04%＝278万人といわれている。私達、日本人にとってごく当たり前の信仰心や宗教観は、この数字から見る限り、世界の中でも希少であり、外国人から見るとある意味神秘的であり、魅力的な精神文化として映るのである。

## □世界最古の国日本

世界で現存する国家の中で、日本は建国から最も古い歴史を有しているといわれる。「日本書紀」には、初代神武天皇の即位が紀元前 660 年だったことが記されている。以来 2600 年以上の歴史を刻んできたのである。

「万世一系」神武天皇の男系子孫が皇位を継承し続け、第 125 代の現在の天皇に至るのである。このように 100 代以上続く王朝は世界でも他に例がないという。しかも国家の連続性が途切れたことがないのである。そんな歴史の積み立てと経験の蓄積から、現在の常識が育まれている。

外国人から見ればエキゾチックな国、秩序ある国として映るのである。

## □アニメ大国日本

今や日本のアニメやマンガは世界に広がり、子供たちはもちろん大人もこの影響を受けている。日本のアニメやマンガを通じて日本に親近感を持ち、日本文化や日本的価値観に興味を抱く外国人は少なくない。また、これをきっかけに日本語を学ぼうとする人も増えている。

アニメやマンガと共にフィギアやコスプレなども、ポップカルチャーとして、日本国内に留まらずヨーロッパやアジア各国の若者にも支持され、一つの文化として形成されているのである。

## □外国人から見た日本

私達日本人にとってはあたり前の光景や行動も、初めて日本を訪れた外国人にとっては奇異に見えたり、不思議に思ったり、また感激したりするものがある。そんな日本の習慣や文化を拾い出してみた。ここに、代表的な事例を紹介しておこう。

### ☆日本人の挨拶

挨拶の種類がいっぱいある。

何時もお辞儀をしている。

人に会えば頭を下げる。

人と別れる時も頭を下げる。

話しの最中に何度も頭を下げる。相槌を打つ。

電話をしながら見えない相手に頭を下げたりする。

人に声を掛ける時に「すみません」と言って、何も悪くないのに謝る。日本人は謝ってばかり。

### ☆日本は清潔

街がきれい。

ゴミが少ない。ゴミを分別する。

トイレが綺麗で清潔。温水洗浄便座に感激。便座が温かい。

毎日お風呂に入る。

### ☆不思議な宗教観

日本人の宗教に対する寛容さは不思議に見える。

教会で結婚式をして神社で初詣、仏教で葬儀をする。

特定の信仰を持つ人が少ない。



### ☆お金の不思議

祝儀、香典としてお金を包んで渡す。

買い物の時の計算力の高さはすごいと思う。

買い物した額より多く小銭を払い、コインの数を減らそうとする。

レストランで明細を確認せずに会計を済ませる人が多い。

### ☆規則を守る日本人

車が来なくても、青信号になるまで人々が横断せずに待っている。

電車に乗る時、横入りせず並んで待つ。

電車やエレベーターで降りる人が先で、乗る人が後から乗り込む  
ルールをみんなが守っている。

### ☆時間に正確

約束時間に正確な人が多い。

鉄道が時間通りに動いている。

都会の電車と電車の運行間隔が驚異的。

### ☆日本のサービス

お店に入って、何も買っていないのに「ありがとうございました」  
とお礼を言われる。

チップがないのに日本のサービス業はとても親切で、熱心。

飲食店などの「お水」がタダで出てくる。減ると足してくれる。

飲食店でおしぼりが無料で出てくる。

タクシーのドアが自動で開く。

コンビニ店に入る時、ドアが「いらっしゃいませ」というのが面  
白い。

## ☆安全

電車で寝ている人がいる。

自動販売機が多いので便利。

野菜の無人販売所が不思議。

足元に荷物を置いても盗まれない。

喫茶店などでトイレに行く際、平気でバッグなどを置いていく。

## ☆その他

親切な人が多い。

歩いているとポケットティッシュをタダで貰える。

器を持ち上げて食べる。

麺類は音を立てて食べる人が多い。

マスクをしている人が多い。

旅行や出張に行くとお土産を買って来る。

玄関で靴を脱ぐ。

渋谷のスクランブル交差点の秩序はすごい。

地べたに座っている若い人が目立つ。

走っている車がみんな綺麗に見える。

日本は静か。日本人はどこでも静かにする。

## ☆キーワード

礼儀、挨拶、お辞儀、敬語、祭り、花火、花見、四季、相撲、歌舞伎、能、和室、畳、茶道、華道、盆栽、和服、神社、寺、和食、箸、刺身、寿司、ラーメン、アニメ、コスプレ、100円ショップ、など

他にも関連情報を集め、まとめておくの良いだろう。

## ～付 録～ 食のもてなし

この項は、多様な食文化・食習慣を有する外国人客への対応マニュアル(国土交通省 総合政策局 観光事業課)を参考とし、本書に関連するポイントの抜粋及び解説を加筆したものである。



## 12. 付 録（食のもてなし）

### □食習慣、嗜好による文化の違いを知る

料理について言えば、「食べることができないもの」「食べてはいけないもの」「食べたくないもの」をお客様から確認することによって、宗教対策、アレルギー対策などの解決策が講じられる。外国人のお客様に関する最大のトラブルは、イスラム教、ヒンドゥー教、ユダヤ教などを信仰する方達が、宗教的に禁じられているものを知らずに食べてしまうことである。そんなリスクを回避する為にもポイントを確認して置く必要がある。

### □イスラム教を信仰するお客様

#### ☆特に注意が必要な食材…

- ・「豚」「アルコール」「血液」「宗教上の適切な処理が施されていない肉」が代表的である。
- ・「豚」は、豚肉料理だけでなく、ラードの使用や豚肉エキスの入ったブイヨン、ゼラチン、ソースやスープの使用を避けることが必要。肉を扱う料理では、特に豚エキスに対する不安感がとても大きい。
- ・「アルコール」は、飲酒は勿論不可であるが、調理過程で「料理酒」「味醂」の使用、また、風味付けや香り付けのためにアルコール類を使用する事（炎や熱でアルコールを飛ばしたとしても不可）も避けなければならない。
- ・宗教上の教義で禁じられているわけではないが、うなぎ、イ

カ、タコ、貝類、漬け物などの発酵食品については嫌悪感を示される場合があり、料理の食材としては、不向きといえる。

- ・「ウロコのある魚」と「エビ」は食べられるが、生魚は、食べる習慣がない国が多いため、好まれないことが多々ある。
- ・料理の食材が明確でないと安心して食べることができない人が多いので、そのための対策が必要となる。  
例えば、ビュッフェ形式の朝食会場などでは、牛肉を扱っている料理には「beef」、豚肉を扱っている料理には「pork」など、食材を識別できるように情報提供をする配慮が必要である。また、豚の姿を見ることも嫌悪されるため、メニューに「豚のイラスト」を使うことも避けるべきである。
- ・イスラム教で適切な処理を施した食材は「ハラールミール」と呼ばれ、購入することが可能な食材である。

#### ☆礼拝への配慮…

- ・イスラム教徒が礼拝をする時は、メッカのカーバ神殿の方向（キブラ）に向かって礼拝する。日本からキブラの方向は西北西（北から西へ64度～72度の範囲内）になる。  
方角（東西南北）を尋ねられる場合があるので、あらかじめ正確な北の方角を確認しておくといい。
- ・1日に5回の礼拝が義務付けられているが、旅行中などは礼拝を簡略、短時間（1日3回、1回の礼拝時間を5～10分）で済ますことができるという。

チェックイン前の時間帯でも、礼拝のために手や口、顔を洗える場所と部屋（空いている客室等）を提供できる準備があれば更に良い。

#### ☆その他の配慮…

- ・一般的に人と挨拶をする時、相手が同性の場合は軽い会釈もしくは右手で握手。相手が異性の場合は、相手が握手を求めてこない限り、身体的な接触は避ける。
- ・頭は神聖なものと考えられているので、人の頭を触らない。いくらお客様のお子様が可愛いからといって、子供の頭を撫でる様な行為もタブーである。
- ・露出の多い服装は避けた方が良い。
- ・左手を使うことは避けられる。
- ・近年、インドネシアやマレーシアなどイスラム教徒の多い東南アジアの国からの旅行者が急増しているで、これらの配慮、気遣いは、より身近なものとなって来るであろう。

#### ☆新聞記事からのヒント…

『イスラム教徒は、豚肉を食べない、アルコールを飲まない、豚やアルコールを使用した調味料を使用しないなど、食事の制約が多い。また、原則1日5回、旅行中でも1日3回、メッカのある西向き15分ほど礼拝する。しかし日本では「じろじろ見られたり、写真を撮られたり」静かに礼拝できる場



所に困るという。

京会席の老舗『美濃吉』では、イスラム教徒向けの『ハラール御膳』という献立が 2,625 円という格安料金で提供されている。伏見唐辛子の天ぷら、水菜と湯葉のサラダ、大根と里芋の炊き合わせ…。京都の伝統食材を使い、料理酒やみりんや酢など、アルコールを一切使用していない。醤油の成分にもアルコールを含まないものを使用し、サラダのドレッシング代わりにユズの搾り汁を使い、魚も、酒やみりんを使用せず、焼いたものを出すというように気を配っている。』

(朝日新聞 2012.11.17)

## □ユダヤ教を信仰するお客様

### ☆特に注意が必要な食材…

- ・ユダヤ教では、「カシュート」と呼ばれる食事規制事項が存在し、食べて良いものと食べてはいけないものが厳格に区別されている。
- ・「豚」「馬」「血液」「イカ」「タコ」「エビ」「カニ」「ウナギ」「貝類」「宗教上の適切な処理が施されていない肉」「乳製品と肉料理の組み合わせ」が代表的である。
- ・「豚」は、豚肉料理だけでなく、ラードの使用や豚肉エキスの入ったブイヨン、ゼラチン、ソースやスープの使用を避けることが必要。肉を扱う料理では、特に豚エキスに対する注意が必要である。
- ・乳製品と肉料理の組合せとは、「お腹の中で乳製品と肉料理

が一緒になってはいけない」ということである。（チーズバーガー、肉入りシチューなど）、献立の中に乳製品と肉料理が一緒に存在すること、乳製品を食べた後の数時間以内に肉料理を食べること（その逆も同様）も忌避される。

- ・ユダヤ教で適切な処理を施した食材は「コーシャミール」と呼ばれるが、日本国内では入手が困難である。
- ・肉を扱う料理は、宗教上の適切な処理が施されていないため忌避されることが多いが、肉をあまり使わず、野菜と魚中心の日本の食事はカシュートに従った食事になるため、安心して食べられることが多い。

#### ☆その他の配慮…

- ・カニかまぼこなどの「カニを想起させる名称の料理」、水餃子などの「豚を想起させる名称の料理」は、たとえ食材にカニや豚が使用されていなくても感覚的に拒絶されるため、注意が必要である。
- ・食事の際には手を洗い、感謝の祈りを捧げるなど、法律によって食事の作法が定められている。
- ・安息日には一切の労働が禁じられている（金銭を扱うこと、火を起こすこと、書くこと、薪を切ること、裁縫することなどは、すべて労働となる）。

## □ヒンドゥー教を信仰するお客様

### ☆特に注意が必要な食材…

- ・ヒンドゥー教徒はインド及びネパールに多数存在する。
- ・家庭料理を基本としており、ほとんど外食をしない。
- ・一般的に乳製品は多量に摂取する。
- ・肉食が避けられる。「肉類全般」「牛」「豚」「魚類全般」「卵」「生もの」「五葷ごくん（ニンニク、ニラ、ラッキョウ、玉ねぎ、アサツキ）」
- ・特に、肉類、卵、魚が忌避の対象となるが、卵だけ、魚だけ食べる人もいる。
- ・肉食をする人もいる。その場合にも対象は、鶏肉、羊肉、ヤギ肉に限定される。
- ・牛は神聖な動物として崇拝され、食べることは禁忌とされる。
- ・豚は不浄な動物とみなされ、基本的に食べることはない。
- ・「ブイヨン」「ゼラチン」「肉エキス」には鶏・牛・豚・魚の肉や骨が使われているので調理時には注意が必要である。

- ・「バター＝牛の乳脂肪」「ラード＝豚の脂肪」「ヘット＝牛の脂肪」「魚油」「馬油」などの動物性脂も調理時に注意が必要である。
- ・一般的に、生ものを食べる習慣はない。また、自国の料理しか食べない人もいる。

#### ☆その他の配慮…

- ・自分の皿によそわれたものは、不浄が感染しないように、決して他人に取り分けてはいけない。
- ・共用の皿から取り分ける場合は、自分のスプーンが共用の皿に触れないように気を付ける。また、他人と飲み物を共用する場合には、容器に口を付けてはいけない。
- ・食事をする場合、相手に料理を渡す場合、給仕をする場合には右手を使い、左手を使ってはならない。
- ・鍋料理など、一つの鍋や皿を複数でつつき合って食べる料理は拒絶される。
- ・肉食と菜食の境界が非常に強く意識されており、ベジタリアンとノンベジタリアンを厳格に区別する。ノンベジタリアンと食事を同席することを拒否する人もいる。

- ・頭は神聖なものと考えられているので、人の頭を触らない。

いくらお客様のお子様が可愛いからといって、子供の頭を撫でる様な行為もタブーである。

## □ベジタリアンのお客様

### ☆ベジタリアンとは

- ・ベジタリアンは、米国、カナダ、英国をはじめとするヨーロッパ、インドや、台湾をはじめとするアジアなど、世界中に分布している。特に人数が多い国はインドで、国民の半数以上を占めるとされる。台湾で国民の約1割を占め、素食家と呼ばれる。ヨーロッパでは英国が最も多く、国民の2割弱を占めている。
- ・乳製品を食べる「ラクト・ベジタリアン」（肉類、魚介類、卵は食べない）
- ・乳製品と卵を食べる「オボ・ベジタリアン」（肉類、魚介類は食べない）
- ・魚介類を食べる「ペスコ・ベジタリアン」（肉類は食べない）
- ・鶏肉を食べる「ポーヨー・ベジタリアン」（鶏肉以外の肉類は食べない）
- ・地下茎野菜や果物だけを食べる「フルータリアン」  
などが存在する。
- ・宗教を理由としたベジタリアンは、信仰する教義が「生命」や「不浄」の対象をどの範囲で捉えるかによって、定められた食事の禁止事項が異なる。

- ・健康を理由としたベジタリアンは、本人の健康や美容、生活習慣病や肥満の予防のためにカロリーや脂を多く含む肉類などを食べない。
- ・本人の嗜好を理由としたベジタリアンは、本人の好みやライフスタイルなどが意識される。メディアなどの影響で肉食を避けるようになる人もいる。
- ・その他、人道、倫理、環境を強く意識し、アニマルライツ、地球環境の保全などの思想を理由としたベジタリアンがある。
- ・ベジタリアンの意識において、上記の宗教・健康・嗜好・思想などの理由が混在していることも多くみられる。

#### ☆特に注意が必要な食材…

- ・「肉全般」「魚介類全般」「卵」、一部ではあるが「乳製品」、一部ではあるが「根菜・球根類などの地中に野菜類」、一部ではあるが「<sup>ごくん</sup>五葷」
- ・ベジタリアンは多種多様であるため、「ベジタリアン」という呼称だけで、肉だけを食べない人と思いついでない。実際には鶏肉、魚肉、卵、乳製品を食べる人・食べない人がいるため、お客様に食べられないものが何かを正確に確認する必要があります。

- 料理の食材が明確でないと安心して食べることができない人も多いため、料理に含まれている食材・含まれない食材（豚肉、牛肉など）について情報提供できるようにすると良い。
- 魚介類全般を忌避するベジタリアンの場合、「鰹節の出汁」も対象となるので注意が必要である。
- 「ブイヨン」「ゼラチン」「肉エキス」には鶏・牛・豚・魚の肉や骨が使われているので調理時には注意が必要である。
- 「バター＝牛の乳脂肪」「ラード＝豚の脂肪」「ヘット＝牛の脂肪」「魚油」「馬油」などの動物性脂も調理時に注意が必要である。
- 乳製品は「牛乳」「クリーム」「バター」「マーガリン」「チーズ」などが該当する。主に健康上の理由によるベジタリアンは乳製品を忌避する。また、一般的に宗教上の理由によるベジタリアンであるヒンドゥー教徒などは乳製品を多く取る傾向が強い。
- 五葷は「ニンニク」「ニラ」「ラッキョウ」「玉ねぎ」「アサツキ」が該当し、厳格な仏教徒とヒンドゥー教徒は、食べることが禁じられている。

## □外国人客受入れ経験の蓄積

外国人のお客様の要望には、初めての場合はとまどうことも多いが、一度対応すればその経験を次回に活かすことができる。外国人のお客様の受入れ経験を重ね、扱っている食材と料理で忌避されやすいもの、お客様が求める食事の味付けなどについて、情報と経験をストックすることによって、外国人のお客様に対するより質の高い接客、より柔軟な受入が可能になってくる。

また、宗教上の理由で食事規制を持つ様々なお客様に対して、決して偏見を持たず、恐れず、積極的に受け入れていくことは、国際感覚とプロフェッショナルとしての意識を備えた人材を育てることに繋がっていくのである。

## ☆関連する苦情や不満について

- ・宗教上の食の規制事項がある人は、食材がよくわからない料理を拒絶する場合がある。その原因は、食材・料理内容に関する情報提供が不十分であることが挙げられる。
- ・外国人客の場合、個別の要望が多くみられる傾向にあるが、飲食提供者が十分な対応を取れない場合に不満や苦情が寄せられる。その原因は、対応出来ることと対応出来ないことを明確に説明しなかった事、魅力的な代替案を示さなかった事などが挙げられる。
- ・宗教上の食事規制のある人（イスラム教徒やヒन्दゥー教徒など）をはじめとするベジタリアン対応が可能なホテル、旅館、レストランでは、あらかじめ対応が可能である旨の案内



を提示することも必要である。

- ・日本では、他宗教に対する理解が乏しいため、事前に食べられない食材やアレルギーについて、食事前に確認しない場合が多い。

## □食物アレルギーを起こす食べ物（参考）

### ☆必ず表示される5品目（微量でも表示義務がある）

そば、落花生 → 食物アレルギーの症状が重篤のもの

卵、乳、小麦 → 食物アレルギーの頻度が高いもの

### ☆表示が勧められている20品目

あわび、いか、イクラ、エビ、カニ、サケ、サバ、オレンジ、キウイフルーツ、桃、りんご、バナナ、くるみ、牛肉、鶏肉、豚肉、大豆、まつたけ、やまいも、ゼラチン

平成25年度 文部科学省  
成長分野等における中核的専門人材養成の戦略的推進事業

気付く力と日本のおもてなし  
(日本文化を理解し訪日旅行者に伝えるための教材)

平成26年3月  
観光分野における教育認証のための情公開ガイドライン開発と横断的教育教材の開発  
(代表校:学校法人浦山学園)

連絡先: 〒939-0341 富山県射水市三ヶ 576  
学校法人浦山学園 富山情報ビジネス専門学校  
電話:0766-55-1420

\*本書の内容を無断で転記、記載することは禁じます。