



京都市職員自主研修「文化力講座(浴衣の着付けと所作)」

京都市社会教育委員が学校や地域に出向き、特別授業などを行う「京まなびミーティング」。

21回目となる今回は、^{みやこ} 榎木 良子 委員に、京都市職員の自主研修において、職員一人ひとりが「きもの文化」に親しみ、きものを着る機会を増やすことを目指して、浴衣の基礎知識と立居振る舞い、着方などを学ぶ講座を実施していただきました。

研修には応募者が大挙。抽選で選ばれた職員は浴衣の着付けや所作を身に着けようとし熱心に研修に取り組んでいました。

日時：平成30年8月1日(水) 午後6時30分～8時30分

場所：職員会館かもがわ2階大広間

講師：^{まさき} 榎木 ^{りょうこ} 良子 委員(同志社大学日本語・日本文化教育センター嘱託講師、着物教室主宰)

京都市職員自主研修「文化力講座」

「文化首都・京都」の職員としてふさわしい知識や教養を身に着けることを目的に、京都市職員が勤務時間外に任意、自主的に参加する研修です。



○ 世界で高まる日本文化への関心

私は京都生まれの京都育ちで、現在は同志社大学の日本語日本文化教育センターというところで講師をさせていただいています。

大学では、留学生などを対象に日本語や日本文化の講義を行っていき、私の担当している講義では同じ割合ぐらいの留学生と日本人学生と一緒に着物の講義を受講しています。前期だけでも90分の授業が15コマありますので着物だけにとどまらず、「着物が伝える日本の心と京の暮らし」というテーマで、着物の歴史や京都のまちにとって着物がどういった存在であるのかなども講義をしています。

本日のこの職員研修の趣旨が、市職員の皆さんが、歴史都市である京都から日本文化を発信していけるようにとのことでしたが、私が大学で行っている講義の趣旨も全く同じなんです。

今、私が指導している学生たちは留学生や日本人学生でも地方から京都に来た学生さんが多いですね。日本人学生は全国の中から、留学生に至っては全世界の中から京都の大学を選び、そのうえで着物に関する

授業を選択していますので、日本文化というものに対する関心が非常に高いです。私の授業には当然ながら定員が決められていますが、倍率が凄く高いそうで定員の5倍程の応募があるそうです。日本文化や着物というものに留学生や日本の若い人たちの関心がいかに高いかということだと思います。

日本人学生にしても若いので、和装が目新しく格好良いと感じているようです。留学生にとってはアニメカルチャーの影響で子どもの頃から着物や浴衣に興味があり、留学先に京都を選んだということが多いようです。留学生の中には、この春に京都に来て、もう既に着物のレンタルショップでアルバイトをしている女子学生もいます。全員で26名の授業ですが男子学生も5名います。浴衣実習を6月に実施したのですが、留学生も含めた5人のうち4人は実習前に浴衣を持っていました。中には京都に来て早速にレンタルショップで着物を借りて観光してきたという学生さんもいます。



同志社大学の私の授業を受講している学生だけでもそういった状況ですので、同志社大学内だけでももっと多いでしょうし、京都の大学全体や観光客も含めると着物をはじめとする日本文化に興味を持った方は本当に多いだろうと思います。授

業の最後に「京都におけるこれからの着物」というテーマで期末レポートの課題を出したところ、ほとんどの学生が「文化都市の京都が着物を発信することをリードしていくべきだ」ということを強く書いています。また、多くの学生たちが「京都のまちには日本文化が集約していて、こんなに環境が整っている良いまちは他には無い」とも書いていましたので、私も頑張りますという気持ちさせられています。皆さんにも一役買っていただきたいなと思います。

○ 着付け時のポイント



(※資料：同志社大学 2016 年度プロジェクト科目「着物お洒落プロジェクト」受講生成成。クリックで拡大表示します。)

本日お配りしているこのプリントは、去年の受講生たちが作ってくれたリーフレットの一部分です。ここには無いのですが、まずは、ざっと浴衣の各部位の名称や男性と女性で着方・仕立て方の違いについてお話させていただきます。

浴衣にも襟がついています。できれば女性は襟元を首に着けてください。最近、若い方に流行っている着方に花魁風があります。襟元を大きく開いた着方です。学生から「先生、花魁風の着方はありますか？」とよく聞かれます。「何が美しい着方かは考えてください」と答えるようにしているのですが、夏に着る浴衣でもきちんと着ている方がすっきりと涼しく見えると思います。



その代わりに、女性に関しては衣紋を抜きます。首の後ろをこぶし1つ分ぐらい空けて着るのですね。これを「衣紋を抜く」と言います。女性は、前は詰めて後ろを抜きます。男性は後ろを付けて前は多少ゆったりでも構わないと思います。

男性と女性で仕立て方が大きく違うところがあります。袖の内側のところから脇にかけて女性は空いていて、この脇のところを「身八つ口」と言います。着物には8カ所の口があります。襟と裾と袖口と振りとの身八つ口の8カ所ですね。この身八つ口は男性にはありません。男性の浴衣はこの振りの部分から脇までが詰まっています。ですので、男の人はこの振りをポケット代わりにタバコを入れたりするのですが、それを女性がしますとストンと落としてしまいますので、入れたとしてもハンカチや手ぬぐいぐらいにしておいてください。

この仕立ての違いですが、なぜかと言いますと帯の幅が大きく違うからです。男性の帯は「角帯」という幅10cmの長さが約4mの帯を巻きます。女性は今の時代、「半幅帯」という帯が一般的です。幅が15cmほどの帯を体に2回巻いて形を作ります。また男性の帯は、随分低い位置だと思われると思いますが、腰骨の位置で巻くのが正しい位置です。ベルトよりも更に下ですね。女性は高い位置で帯を巻きますので、身八つ口が開いていても帯で詰まります。

次に、帯の下に出ている「おはしより」も女性にしかありません。もともと女性は長い着物をたくし上げて端折って着ていました。ですので、女性は男性に比べて手順がひと手間多いです。女性の方は腰紐を持って来ていただいていると思いますが、「おはしより」を作るために、この紐をまずウエストで締めて2本目をアンダーバストで締めます。ですので、女性は腰紐が2本必要になります。長い着物を一本目の紐で裾の長さを決めてから、おはしより作ります。男性はこのおはしよりが無く、着物を着たら自分に合った丈になっています。これを「対丈」と言います。

浴衣の場合はあまり袖の長さや裾の長さをいうようなことは無く気軽に楽しみましょうということで、少しくらいの長い短いが良いと思いますが、裾の長さの基準としてはくるぶしに懸かる少し上ぐらいがいいかなと思います。これが着物の場合はもう少し長めで足の甲に当たるぐらいがちょうどよく、浴衣のようにくるぶしの上ぐらいの長さだと少し不格好な感じがします。浴衣は素足で着ますので、着物よりも短めで軽やかな感じで着ます。

男女で共通しているのは「襟合わせ」です。これは間違っはいけません。襟は左が上です。これはもう奈良時代から決まっています。奈良時代に衣服令というものが出ましたが「天下百姓右衽」ということが決められました。これにより、天皇から庶民に至るまで必ず右が内側で左が外側ですよということになりま

した。これが現在に至るまで健康な老若男女は必ず左前になるように着る元となっています。

「天下百姓右衽」

719年に発令された衣服令（いふくれい・えぶくりょう）から、着物の襟合わせは右前に統一されます。



続日本書紀に「初令天下百姓右衽」（天下百姓をして衽を右にせしむ）とあり、「天皇から百姓まで、襟合わせは右を先にあわせなさい」ということが決められました。



祇園祭では反対に着ている人を必ず見かけるのですが、どちらでも良いと思われていたり、そもそもどちらを前に着るかなど気にもしていないということなんでしょうが、必ず左が前です。洋服からすると男性は同じですが女性は逆になっています。なんだかいつもと反対だったなと適当に合わせたりと、このことから勘違いされていることが良くあります。

○ 浴衣の着付け・立居振る舞い

ここからは着付けの実演と浴衣を着た時の立居振る舞いをやっていきたいと思います。

着付けのポイントの1つで、気を付けていただきたいのは、男性も女性もAラインのように裾広がりにはならないように着てください。男性は着ていると帯が上がってきて裾が開いたりするのですが、これは格好が悪いので注意してください。

（着付けの実演部分は省略、冒頭の資料参照）



着付けが終わりましたら出かける前にしておくことがあります。ちょっと歩いていただけると分かるかと思いますが、着物や浴衣は体に巻きつけて着てい

筒状態になっています。このままでは少し歩きにくいと思いますので、もう少し歩きやすくしたいと思います。

着付けが終わりますと「股割り」をします。お相撲さんが四股を踏むようなポーズをしまして、ひざの間を手でぐっと押し込みしゃがみこむような動きをして股の部分を開いて捌きます。そうしますと歩きやすくなります。

次に姿勢ですが、帯を締めるだけで姿勢が良くなると皆さん言われるのですが、1つ気を付けていただきたいのは、背筋を伸ばす時に肩甲骨同士を引き寄せるように意識してください。そうすると胸が開きますね。どうしてもお仕事でパソコンなどを触っていると猫背になりがちですが、猫背でいますと着物は直線裁ちですのでしわが寄ってしまいます。胸を張って首を伸ばしてください。天井から頭の天辺を糸で吊下げられているようなイメージです。あとお腹も引き締めましょう。下腹のおへそあたりに「丹田（たんでん）」と呼ばれる所があります。ここに力を入れて、下腹を引き上げるようなイメージでお腹を引き締めますと姿勢がきれいになります。これで立ち姿がきれいになります。

それから歩き方ですが、女性からは「内股で歩く方がいいのですか？どういう歩き方が良いのですか？」と質問があるのですが、花魁ではありませんのであえて内股に歩く必要はありません。イメージとしてはモデルさんのランウェイのように直線上を歩くようなイメージで歩いてください。膝の内側が擦れるように歩く、これが外れると大股になるのでいつも擦れている状態で歩いてください。男性はそんなにちょこちょこ歩く必要はないので普段通りで大丈夫です。

○ 日常のシーンに合わせた振る舞い

次にいくつかのシーンに合わせた振る舞いをお伝えします。階段の昇り降りには注意が必要です。降りる方はそんなに問題は無いと思うのですが、昇る時には少し上前を掴み上げてください。そのまま階段を昇っていると裾を踏んでしまうことがあります。他にも階段の縁で裾が汚れてしまうことがあります。そうしたことが無いように10cmぐらいを持ち上げますと踏まないですし汚れません。男性で踏んだり汚したりする心配がないときは、あえてする必要はないかと思います。階段を上がる際のこうした所作は女々しく映ることもありますので。



次に車の乗り降りです。着物ですと今まで何ともなかった車の乗り降りが途端に難しくなります。普段であれば頭から片足ずつ乗り込めるので

すが、浴衣や着物を着ていますと足が開きませんのでこれが難しいです。ですので、男性も女性もお尻から乗り込むようにしてください。まずシートにお尻を降ろし、それから足を引き上げて乗り込みます。3人連れなどで奥に入る必要がある時には更に難しくなります。着物で車に乗った後、席を奥に移るのはかなりやりづらいです。ですので、男性はこういう時にはレディーファーストではなく、「僕は洋服なので先に乗るよ」と言ってあげるとポイントが高いです(笑)。着物を着ている時に限ってレディーファーストとかはやめてくださいね。

次に食事に行った時に、男性でもハンカチや手ぬぐいは持っておかれると良いです。着物の時でも食べこぼしでの汚れを防ぐのに、ハンカチなどを掛けておくが良いです。着物を大事にするのであればハンカチなどを襟元にかけて、お店にあるナプキンに膝にかけておくが良いです。これは何も恥ずかしいことではありませんのでやっておくと良いです。後、ミートソース系のスパゲティなどは避けましょうね。何も浴衣や着物を着ている時に食べる必要はないと思いますので、うどんやお蕎麦は悩ましいですね。特にお蕎麦なんかは浴衣に似合いますし、



次はハンカチを落とした時の拾い方ですが、洋服であればサッと取れると思いますが、着物ですとしゃがんでとってくださいね。その時のポイントは少しまんで裾を上げてしゃがんでください。こうするとしゃがんだ際に裾が地面につくこと無くハンカチを拾うこ

とができます。

脱いだ草履や下駄を揃えるのも同じです。建物に入る時に一度反対を向いて同じようにしてしゃがみ自分



の脱いだものを揃えるようにしてください。

下駄は3つのパーツからできています。「台」「鼻緒」「ツボ」の3つです。既製品ですとLやM、Sといったサイズで売っていますが、必ず踵が1~2cmほど

はみ出るサイズにしてください。大は小を兼ねると、大きめのサイズを履きますと歩きにくいです。踵がはみ出ている正しいサイズなんです。草履や下駄はツボを指でひっかけて履き、蹴り返しながらかきます。大きめの物を履きますと草履や下駄が引きあがってくれないんですね。そうするとゾロゾロッと履物をするような歩き方になってしまいます。

また、鼻緒で足ずれをして痛いによく聞きますが、それは既製品なのでツボの部分の深さが足に合っていないんですね。草履や下駄は裸足で履きますので、この部分が合っていないと擦れて痛くなるんですね。足の甲の高さは自分の右足と左足とでも違いますので、自分のサイズに合わせて詰めてもらうのが本当はいいのですが、既製品を買われた場合は、鼻緒を部分をほぐしておいたり絆創膏を携帯する方がいいですね。

高校生の授業でもこうして授業が終わって「一度座ってください」と言うと、みんなきちんと正座をします。授業を始める前は女子でも胡坐を組んだり、足を投げ出して座っていたりするのですが、浴衣を着ますと振る舞いや姿勢が良くなったりする所が素晴らしいですね。

○ 浴衣も時代に合わせて変化

浴衣の発祥は平安時代まで遡りますが、貴族がお風呂に入る時に着ていた麻ゆかたびらの着物で、これを湯帷子と言っていました。お風呂と言っても今のお風呂とは異なり、サウナのようなものです。この湯帷子が浴衣の原型と言われています。江戸時代頃になってようやく日本で木綿が普及し始めます。麻は肌触りも悪いですし汗も吸い取ってくれないので、麻に代わって木綿の着物がお風呂上りのバスローブ・バスタオル替わりに着られるようになりました。これが着心地が良いので部屋着になり、現在の浴衣に繋がっています。そうしたことから、私の祖母ぐらいの世代には、浴衣を昼間から着て出かけてることをよく思われぬ方々もおられますが、今やそんな時代ではないと思います。

京都は7月になると祇園祭が始まりますし、6月の終わり頃から浴衣を着始めますよね。そして9月の1週目ぐらいまで浴衣を着ていても良いかなと思います。時代と共に浴衣がお風呂上りに着るものから1つのおしゃれアイテムになっています。特に女性の場合は柄も色も華やかな浴衣が来ていますので、お風呂上りに着るものなんて言っているのはいつの時代だというような感じになっています。ですから夏の1つのアイテムとして今の時代では着られていると思います。

今、京都ではレンタル着物がブームになっているので、着ている方をよく見かけるのですが、今年も浴衣を4月頃に着ているのを見かけたんですね。そのことについて、よく否定的なニュアンスで「あれはなんですか？」と聞かれるのですが、自由に着ておしゃれを楽しみましょうと思う反面、正直「どうなのかな」と悩ましいところです。季節や着ていく場面など、なんでも良いのかというとそうではなく、難しいなと考えているところです。こうした由来などを高校生たちに伝えて自分で考えてもらっています。

とはいえ、この先またガラッと大きく変わっていくことも考えられます。浴衣と着物がもっと同一化していくことも考えられます。むしろそうでないといけないと思っています。浴衣は女子学生や男子学生でも着る人が多いのですが、着物となると敷居が高く、浴衣を着る人が増えても着物を着ることに繋がっていないんですね。そこが和装産業の現在の問題ですね。浴衣を着るからと言って着物を着るかという別問題ですね。着物は揃えるものも多いですし、着付けも浴衣に比べれば大変です。これをもっと近づけていけないといけない時代になってきたかなと思いますし、だからと言って4月から浴衣は、という気もします。私自身も葛藤中です。

また逆に、10月は確かにまだまだ暑いのですが、「^{あわせ}袷」と言って着物でも裏付を着始める時期になります。10月になっても浴衣で観光されている方に対して、京都の一部の方からは「いくら気温が30℃を超えてと言っても浴衣はなあ〜」と良く思われないことがあるのは事実です。

おしゃれは先取りと言いますし、一般的にも多少は汗をかいてでもブーツを履いたり、ファーを巻いてみたりするのと同じです。気温だけで着る物を判断して、10月になっても浴衣を着ることはどうなんだろう、と私も思っています。いかにも浴衣というものを着ていますと後ろ指をさされることもあると思うので、今は着物風の落ち着いた柄の浴衣もありますのでそう

いった物を着られるとか、素足ではなくて足袋を履いたりしてというのも手かなとも思います。

京都ではレンタルで浴衣を着ることがブームになっていて、海外からの観光客の方などが浴衣を着て京都観光を楽しんでいます。その国の文化や伝統の1つとして「郷に入っては郷に従え」というようなルールのようなことも伝えてあげることが大切ではないかと思います。観光客の方が喜ばれるからと業者の方が安易に着せてあげると、その方たちは知らないまま季節に合っていない浴衣を着ることになり「今時分に浴衣着てはるわ」となるわけですね。それは恥をかかせていることだと思いますので、相応しい物や季節感を教えてあげることも大事だと思います。しかしながら、こうした私の考えは既に「古いものに、固いものになっているのでは」と、自省や葛藤もしているところです。

○ 浴衣のたたみ方 (実演省略, 冒頭の資料参照)



最後に浴衣のたたみ方を実演していただき研修は終了しました。参加した職員は、着付けや所作を美しく見せるコツを学ぶとともに、着物文化についても理解を深めることができました。榎木委員ありがとうございました。