

隆泉苑

—和室のマナーを知る—

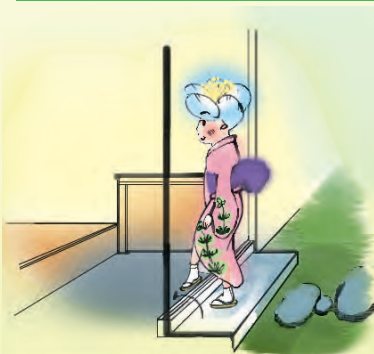


和室のマナーを知ろう 玄関に上がってみよう



玄関の上がりかた

日本の建物にはさまざまな段差があります。
段差の上り下りにもマナーがあります。



① 敷居(しきい)を越して
玄関の中に入ります。



② 家の中を向いて、はき
ものをぬぎます。



③ 反対を向いて、はきもの
をそろえます。家の人
にお尻を向けないように。



④ ふたたび家の中を
向き、片ひざをつ
いて立ちます。



敷居をふまない



後ろ向きに上がらない

畳の上を歩いてみよう、座ってみよう



ポイント

足のうらを畳にするように歩く。
畳のへりや合わせ目をふまない。

歩きかた



① 背中をまっすぐに。
お腹に力を入れて、
あごを軽くひきます。



② 手の指はそろえて自然に
おろします。体にぴった
りつけないように。



③ 畳の真ん中を静かに
歩きます。

座りかた



① 畳のへりや合わせ目を
よけてすわります。



② 足の左右の親指を
重ねます。ときど
き、親指の重ねを逆
にすればしびれにく
いです。



③ 背中をまっすぐにして、
あごを少し引きます。



④ 両ひざの上に手を
重ねて置きます。

おじぎをしてみよう

ポイント



心をこめること。
背中をまっすぐにするこ
何度もぺこぺこしないこ
気持ちのこもったおじぎは、
一度だけで相手に伝わります

おじぎには種類があります。

真（しん）・行（ぎょう）・草（そう）の3種類です。

真のおじぎ …最もていねいなおじぎです。



① ひざの上に両手をおきます。それから静かにひざの前におろします。



② 手のひらを全部畳につけて、背中をのばしたままひじを曲げていきます。



肩をいからせ、ひじを張りすぎないように。



③ お腹をひざにつけるくらいまで上体を前にたおします。



④ 静かに上体をもどします。おじぎをする時に大事ななのは、下げる時よりも上げる時です

行のおじぎ 客どうしのあいさつなどに使われます。

草のおじぎ

最も軽いおじぎです。
会釈（えしゃく）のおじぎです。



順番は真のおじぎと同じですが、指の第二関節から先だけを畳につけ上体を少しかがめます。

順序は真のおじぎと同じですが、指先だけをつけて、上体を軽くかがめます。

ふすま しょうじ 襖や障子を開けてみよう、閉めてみよう



和室にはさまざまなしきりがある。
しきりの開け閉めは静かに丁寧^{ていねい}に。
座敷はくつをぬぎ、すわる、日本^{にほん}間独特^まの空間。目線を低くして相手を見おろさない。

ポイント

襖、障子の開けかた



① 襖の正面に座り、引き手に手をかけ、襖を少し開けます。



② 同じ手を襖の縁にかけて（下から20cmくらい）、からだの中央まで開けます。



③ 続いて反対の手で残り半分を開けます。閉めるときの手がかり分を少し残します。使っていない手はひざの上においておきます。

襖、障子の閉めかた



① 襖に近いほうの手で、下から20cmあたりの縁を持ちます。



② 襖を中央まで引きだします。

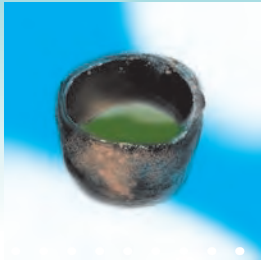


③ 反対の手に持ちかえて手が柱に掛かるまで引きます。



④ 引き手に手をかけ、最後まで閉めます。

お菓子とお抹茶をいただいてみよう



まっちゃ ちゅうす
お抹茶は、茶葉を茶磨でひいて粉にしたものです。湯をそそぎ泡立っていただきます。

『角川茶道大事典』より

た
室町時代にお抹茶の点てかたや飲みかた、道具の飾りかたなどの作法が整えられていきました。



お茶は奈良時代に、菓としで、鎌倉時代には栄西禅師が抹茶の飲み方を日本へ伝えました。

せんりのきゅう かんそ
そして桃山時代、千利休が簡素でおもむきのある「わび」の精神を取り入れた茶道として大成させました。



ポイント

てまえ
お茶の点前がすすむ間にお菓子が出されます。季節を感じさせる、美しく、おいしいお菓子は、お茶の楽しみの一つです。



お菓子（干菓子）のいただきかた



① お菓子は器に盛って出されます。



② 「お菓子をどうぞ」とすすめられたら、礼をし、次の人に「お先に」といいながら一礼します。



③ お菓子の器を少し持ち上げて、軽くおじぎをします。



④ 懐紙（かいし）の折り目を手前にして、ひざの前に置きます。器に左手を軽くそえて、右手で菓子をとります。はしがついている時は、はしを使ってとります。



⑤ 両手で器を持ち上げて次の人に送ります。



⑥ 懐紙ごと手にとって菓子をいただきます。菓子が大きかったら食べやすく割っていただきます。お菓子によっては、黒文字（くろもじ）という楊枝（ようじ）で切っていただきます。

お抹茶(薄茶)のいただきかた



① お菓子の後にお茶が出されます。



② 茶碗を次の人との間、畳のへりの内側に置き、「お先に」といって一礼します。



③ 茶碗をひざの前に置いて、「お手前ちようだいします」と、お茶をたててくれた人にあいさつをします。



④ 茶碗を右手でとりあげて左手のひらにのせ、一杯のお茶に感謝をして軽く礼をします



⑤ 右手で茶碗を時計まわりに2回まわします。茶碗の正面をさけるためです。



⑥ お茶をいただきます。だいたい三口半くらいで飲みきるのが適当です。



⑦ 飲み口を親指と人さし指で軽くふき取り、懐紙のはしでぬぐいます。



⑧ 茶碗を2回まわし、もとにもどします。

⑨ 茶碗を拝見します。畳のへりの外に置き、両手をついて茶碗全体を見ます。



⑩ 茶碗の細かい部分を拝見します。茶碗を両手にとって低いところ(ひざの高さくらい)で見ます。



⑪ もう一度⑨のように全体を拝見し、茶碗をへりの外に戻します。茶碗を引き取りにきたら、その人に一礼します。

和のマナーってむずかしそう、たいくつそうって思ったけど知っているとカッコいいし、じまんできるよね。
よし、今度はほくがやってみよう。



登場人物

ウメハナヒメ

佐野美術館の湧水にすんでいる新入りの梅花藻の妖精。
友だちをつくるのが大好きな素直で明るい女の子。
ときどき人間の世界に遊びにくる。



だいちゃん

佐野美術館の大日如来のおへその中に住んでいる。何でも知っていて、みんなを平等に見守る笑顔がすてきな先生。
隆泉苑の梅の木とは、古い友人。



りゅう 隆ちゃん

佐野美術館をつくった 佐野隆一氏の心の中からうまれた男の子。まっすぐな性格で、失敗もたくさんするけれど、負けずに勇気のだせる子。
和菓子が大好きで特に羽二重や大福餅には目がない。

MEMO

学校名： () 年 () 組 名前：

〔主要参考文献〕「裏千家茶道教科① 初歩の茶道 割稽古」千宗室著 淡交社
「初めてのお茶のたて方」表千家 筒井紘一監修 成美堂出版

平成16年度文化庁芸術拠点形成事業『隆泉苑ガイド・2 和室のマナーを知る』web掲載版

編集：佐野美術館 〒411-0838 静岡県三島市中田町1-43 TEL055-975-7278

イラスト：奥美奈子 平成17年3月発行 平成24年4月改訂