

食器の置き方と持ち方をマスターしよう！

日本人の伝統的な食文化の「和食」は、2013年にユネスコ無形文化遺産に登録されました。和食のマナーとして和食の食器の置き方と持ち方を紹介します。正しく食器を使うことも食事のマナーのひとつです。正しい持ち方などを身に付けて、上手に食べましょう。

食器の置き方



一汁三菜とは

和食の献立の基本は「一汁三菜」です。「三菜」の「菜」は「おかず」の意味です。和食は、主菜1品、副菜2品、「一汁」となる汁物とご飯とを合わせた献立になります。

- 主食：ご飯
- 主菜：魚や肉などのおかず
- 副菜：野菜などのおかず
- 汁物：みそ汁やすまし汁など

和食では、ご飯茶わんや汁わんは、おはしを持たない方の手で持って食べます。主菜のお皿は汁わんの奥に置き、置いたまま食べます。副菜は手に持って食べます。

食器の持ち方と食べ方



ご飯は、茶わんを手にとって、口に近づけて食べましょう。



汁を飲むときは、はして中のみ(真)を押さえるようにして飲みます。音を立てて飲むのはマナー違反です。



汁ものは、汁わんを手にとって、口まで運びましょう。

わるい食べ方



ひじをついて食べる。



食器を持たずに、前かがみで食べる。

食器をきちんと持って食べると、食べこぼしを防ぎ、料理が食べやすくなります。また、見た目も美しく見えます。よい食べ方を身に付け、わるい食べ方にならないよう、意識しましょう。