

あなたの食事マナー大丈夫？



かのやの
食べて青む
知恵袋
2022.3

美味しく、楽しく食事をするためには、最低限の食事マナーをおさえておくことが大切です。

日本の食事マナーの基本について確認してみましょう。

食べる時の動作

一緒に食べている人を不快にさせないため、マナー違反とされている食べ方です。

犬食い

器を持たず、背中を丸めて食べる。手のひらに収まる食器は口に食器を近づけて食べましょう。



受け吸い

おかわりのごはんや椀物を受け取ったまま食べ始めること。受け取ったら、一度テーブルに置いてから食べましょう。

ながら食べ

他の事をしながら、食事をする。テレビなどを消して食事に集中しましょう。



膳越し

お膳の向こうにあるものをお箸で直接口に運ぶこと。大皿料理は、取り皿に取って口に運ぶようにしましょう。

にらみ食い

口の中にまだ食べ物が入っているのに、次に食べるものを物色すること。



つい、やってしまっているマナー違反ありませんか？



正しいと思って、やってしまいがちなマナー違反があります。

★手皿で受けない

汁などが垂れそうな時は、手を添えるのではなく、小皿を受け皿を使用するのが正しいマナーです。



★逆さ箸で取り分けしない

箸の上下を逆さに持ちかえ、口をつけた部分が料理に触れないようにすること。手で持つ部分ですので、衛生的にもよくありません。

取り箸で取り分けるようにしましょう。



★食べ終わった後、お椀などのフタを裏返さない

お椀のフタを裏返しにすると、椀の塗りを傷つけてしまう恐れがあります。



★食べ終わった器を重ねない

器は本来繊細で傷つきやすいものです。重ねるのはNGです。



★魚をひっくり返して食べない

半身を食べ終わったら、骨を箸で持ち、骨から身を離し下の身を食べるようにしましょう。



★刺身のワサビは醤油で溶かない

醤油に溶くと、ワサビの風味が落ちてしまいます。刺身に好みの量をのせて食べるようにしましょう。



持っていていい器・悪い器

和食では、持って食べていい器とよくない器があります。



嫌い箸

和食では、マナー違反とされている箸の使い方です。

| 叩き箸 | 刺し箸 | 指し箸 |
|---|--|------------------------------------|
| お箸で食器を叩いて、音を出すこと。 | お箸で食べ物を突き刺して取ること。 | 箸で人や物を指し示すこと。 |
| 探り箸 器の中のものをお箸でかきまわして探ること。 | たて箸 ご飯にお箸を突き刺して立てること。 (死者の枕元に供える枕ごはんと同じなので、縁起が悪いとされます。) | かみ箸 食事中に箸の先を噛むこと。 |
| ねぶり箸 お箸についたものを口で舐めること。 | 渡し箸 茶碗や汁椀の上にお箸を置いて、お箸を休ませること。 | 寄せ箸 お箸で自分の手元に料理を引き寄せること。 |
| 迷い箸 どの料理を食べようか、料理の上をあちこちお箸を動かしまわること。 | 箸渡し お箸とお箸で食べ物のやりとりをすること。 (火葬の際、死者の骨を拾う際に同じ動作をするので、縁起が悪いとされます。) | 涙箸 箸の先から液体を垂らしながら食事を口に運ぶこと。 |