



資源と環境の教育を考える会『エコが見える学校』  
 関東学院大学非常勤講師  
 三信化工株式会社

**海老原誠治**

えびはら せいじ

佐賀大学物理学科卒業、佐賀県立有田窯業高等学校・  
 常勤講師を経る。

ことわり

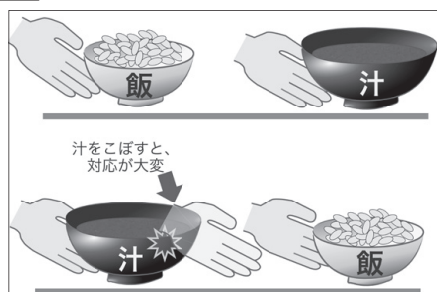
## 理と、うつわの配置

### 飯碗が左にあること

どうして飯碗が左側なのでしょう？

「お米が尊いから左に置く」という意見をよく聞きますが、探した限り根拠は見当たりません。食文化に詳しい江原絢子先生（東京家政学院大学名誉教授）に、次の旨を教えてくださいました。「中国の礼書『礼記』では主食の飯類は左側と位置の指定に留まります。一方、小笠原流などの礼法書では、汁・菜の間に、常にご飯を小まめに食すことが書かれ、よく使うため、取りやすい左側に定着したと考えられます」。

食事の動作を考えると、飯碗が左である理由はいくつか挙がります。もし左に汁碗がある場合、右の飯碗を持つ際に汁碗に当たり、うっかり倒してしまうことも増えます（右上図）。また 奥の食材を碗越しに取る場面で、袖口が大きく開く和服では、箸



側の右袖は左手でたぐれますが、たぐれない左袖はどうでしょう。下に汁碗があると濡れたり引っかけてしまいます（下図）。

伝統的な所作は、その当時の背景・環境・価値観を映しつつ合理的です。このように文化を踏まえた合理性は、時に「理」といわれます。特に日常生活などに理がある理由は、遊び心もなく形式張ったり煩雑であると生活が成り立たないため、習慣が淘汰・選別を経て洗練されるからです。

### 左利きを考える

では、左利きの場合どうでしょう？ 利

▶和服を用いて、器の配置との関係を示す。  
 飯碗が左側の場合（左写真）と、飯碗が右側の場合（右写真）。汁碗が左にあると、左手の袖をたぐれず、引っかけてしまう  
 （東京都北区立荒川小学校、栄養職員・伴場理恵先生）





▲和室での和食給食が実現（東京都北区立荒川小学校）

き手を矯正するなんて論外です。もし左箸のまま飯碗も左だと、理に反します。しかし入れ替えると、伝統的な外観は崩れます。教育現場ではどのようにしたら良いのでしょうか？ 石川県の金沢市立小立野小学校、栄養教諭・高井聡子先生の指導は、「実際、昔の人がしていたことなので、まずは伝統的な形で配膳。そして歴史や文化を説明した後、食べる時に、利き手に合わせ自分で食器を入れ替えてもらいます」とのこと。なるほど、シンプルな良い指導法だと思います。「飯碗は必ず左」という方から不作法と思われる恐れは残ります。最後は左利きの方自身に選択してもらおうしかあり

ません。そのための知識として、形と理の両方を利き手に関わらず全ての方にちゃんと伝えることが私たちの役割です。

移ろう文化を伝えるのに、過去の形式をなぞるか、現代に即し変化して伝えるか難しい問題です。ただ外見上の形ばかり議論しても、既に多くの和食が机とイスで食べられていることを考えれば、キリがありません。こんなことを思いながら和の文化を振り返ると、最も重要なのは人を敬い、形式の違いだけで人を差別しないこと、これをまず伝えることではないかと思います。

※授業に使える食育資料、情報発信！

『いただきます.info』 <https://itadakimasu.info>

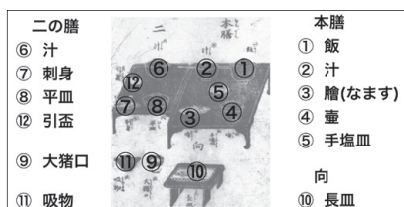
▶ゴザを用いた和食給食  
(石川県金沢市立小立野小学校)



## 知りたい！ うつわと食のミニ知識

### 古書で見る、うつわの配置

うつわの配置に関し、よく紹介される図絵があります。江戸時代の料理本『料理早指南』の一コマです。ある程度かしこまった席での配膳になりますが、江戸食文化の片鱗に触られます。Webサイト『いただきます.info』にて、データを公開しています。



享和元年（一八〇一）初編発行  
醍醐山人著『料理早指南』

