



導入

中国は世界で最も魅力的な旅行先の1つですが、その文化は深く、日常の習慣は、初めて訪れる人を全く予想外の目に遭わせることがあります。ギフトバッグの色から箸の置き方など、小さなディテールが大きな意味を持ちます。このガイドでは、最も重要な2つのポイントを解説します。旅行者にとって重要な文化的領域：色の象徴と食事のマナー。これらを正しく理解し、地元の人々からすぐに尊敬と温かさを得られるでしょう。間違った対応をすると、思わぬ事態を引き起こす可能性があります。理由も分からずに罪を犯す。

これは、ichingo.appの中国文化シリーズの一部です。中国旅行に役立つツールキットです。自信を持って旅を楽しみましょう。アプリガイド、都市情報、その他の文化解説については、ichingo.appをご覧ください。

パート1 :中国の色彩文化

中国では、色は単なる美的選択以上の意味を持ちます。何世紀にもわたる歴史、哲学、迷信に根ざした意味が込められています。贈り物、衣服、装飾品における単純な色の選択に見えるものでも、文化的なメッセージを発信する力は大きい——肯定的であれ否定的であれ。訪問者が知っておくべきことは以下のとおりです。

ラッキーカラー

赤 — 中国の色

赤は中国で最も重要な色であり、おそらく中国を象徴する最も普遍的な色である。文化。幸運、幸福、繁栄、お祝いを象徴しています。至る所で赤色を目にするでしょう。結婚式、旧正月（春節）、盛大な開店式、そして寺院の装飾などに使用されます。

- お金が入った赤い封筒（紅包、hóngbāo）は、結婚式や新年の定番の贈り物です。お祝い事や誕生日。
- 中国の結婚式では、花嫁は伝統的に白ではなく赤の衣装を着用します。• 幸運を招くため、レストラン、寺院、家の外には赤い提灯が飾られます。

ヒント :中国を訪れる際は、祭りや祝祭の時期に赤いものを身につけてください。地元の人々は感謝してくれるだけでなく、あなたの「幸運の」色選びについて好意的なコメントをしてくれるかもしれません。

金と黄色 — 皇帝の色

金と黄色は歴史的に皇帝のみに許された色であり、庶民は黄色を身につける。今日でも金は富、威信、王族の象徴である。寺院、皇帝の建築物（紫禁城など）、そして高級ギフト包装。

- 金色の包装紙で贈り物をする、その贈り物の価値と敬意が瞬時に高まる。
 - 金色の装飾は春節の時期に特に目立つ。• 「黄金」(huángjīn)という言葉は文字通り「黄色い金」を意味し、この2つの概念は深く結びついている。
- 中国文化。

紫色 — 高貴で精神的な色

中国文化において、紫色は高貴さ、精神性、幸運を連想させる。

仏教寺院美術によく見られ、歴史的に高位の役人と関連付けられてきた。

紫色は喪を意味する西洋文化の一部では、中国では一般的に肯定的な意味を持ち、縁起の良い色なので、贈り物として安全かつ上品な選択肢となります。

注意すべき色⚠

白 — 喪の色

伝統的な中国文化では、白は主に死、喪、葬儀と関連付けられています。

白が純粋さや祝祭を象徴する多くの西洋諸国とは正反対である（結婚式など）。白い花、特に白い菊は、葬儀で特に使用されます。

提供品。

⚠注意: 白い花だけの花束を贈り物にしてはいけません。必ず赤、ピンク、または黄色い花。お祝いの席に全身白の服装で出席するのは避けましょう。

グリーン — 帽子の例外

中国文化において、緑色自体は不吉な色ではありません。自然、成長、調和を象徴し、エコブランドや健康製品に広く用いられています。しかし、非常に特殊な例外があります。

すべての訪問者が知っておくべき情報です。

⚠注意: 中国人に緑の帽子を渡してはいけません。「戴帽子」(dài lù màozi)というフレーズは、「緑の帽子をかぶっている」は、男性のパートナーが不貞を働いたことを意味するよく知られた慣用句です。

たとえ悪気なく被ったとしても、緑色の帽子はたちまち気まずい沈黙を招いたり、あなたを嘲笑する笑いを引き起こしたりするだろう。

黒 — 伝統的に不吉とされる

中国文化において、黒は歴史的に不吉な色とされ、不運と結びつけられてきた。

そして負のエネルギー。現代の中国の都市部、特にファッションとビジネスにおいて、黒は広く受け入れられ、流行している。しかし、伝統的な文脈（贈り物、祭り、お祝い）では、回避した。

- お金を贈る際に黒い封筒を使うのは避けましょう。赤い封筒が常に正しい選択です。
- 結婚式や伝統的な祝祭には、全身黒の服装は避けてください。

クイックリファレンス :中国カラーガイド

色	中国語名	意味	一般的な使用	観光客へのアドバイス
	レッド (ホンセ)	幸運、喜び、繁栄	結婚式、ブランドオープン 人民元、	お祝い事には赤色の服を着る — 地元の人たちはきっと気に入るでしょう！
	黄色/金色 (もし)	ロイヤリティ、富、力	帝国の装飾、寺院、祝祭の贈り物	贈り物の金色の包装は尊敬と寛大さ。
	グリーン (緑)	成長、調和 — しかし、注意してください！	自然、ブランドディング、健康 エコ	男性に緑の帽子を贈ってはいけない (不貞を象徴する)。
ホワイト		悲しみ、純粋さ 死、	葬儀、病院	真っ白な花を贈るのは避けましょう花束。
ブラック		エレガンス (モダン)/不運 (伝統的な言い伝え)	ファッション、ビジネス	伝統的に不吉な黒封筒は贈り物には使用されません。
	ブルー (Lán sè)	穏やかさ、信頼、知恵	磁器アート、企業ブランドィング	プロフェッショナルにとって安全な選択肢設定 — 文化的なタブーなし。
	紫色 (Zǐ sè)	高貴さ、精神性	帝国美術、仏教寺院	紫は縁起が良い贈り物に使う色。

ギフトカラーのルールー覧

安全なギフト包装の色:

- 赤— 常に適切、特に祝賀行事には最適
- 金色／黄色— 尊敬と寛大さを表す
- ピンク— 温かみがあり、お祝いの雰囲気があり、誕生日に最適
- 紫— エレガントで縁起が良く、感謝の気持ちを表す

ギフトには避けるべきです:

- 白— 葬儀や喪に服することを意味する色
- 黒色— 贈り物の場面では伝統的に縁起が悪いとされる

ヒント :迷ったら赤を選びましょう。赤いギフトバッグや封筒なら、どんな場面でも間違いなく喜ばれます。中国の祝祭の文脈。

パート2 :中国の食事マナー

中国では、食事を共にすることは、文化の中で最も重要な社会的儀式の1つです。食べ物は単なる支え合い——それはもてなし、敬意、そして共同体の表現である。暗黙の了解を理解する中国の食卓のルールを知れば、素晴らしい印象を与え、世界でも有数の料理を存分に楽しむことができるでしょう。最も優れた食文化。

食事の前に

座席は重要だ

フォーマルな場では、席順はランダムではありません。ドアに面した席は最も名誉ある席で、伝統的に最も地位の高い方や尊敬されるゲストのために確保されています。席に案内されるまで待ちましょう。宴会やフォーマルなディナーで、自分で選ぶ。

ヒント :どこに座ればいいのか分からない場合は、ただ待っててください。係員が正しい席まで案内してくれます。そこへ案内されること自体が、あなたへの敬意の表れなのです。

レイジー・スーザン（回転式ターンテーブル）

ほとんどの中国料理店、特にグループでの食事では、中央に大きな回転台が設置されている。テーブルの上の皿。すべての料理はこの皿の上に置かれ、全員で分け合って食べる。通常、ホストが料理を順番に回していく。まず主賓の方に向けてください。ゆっくりと回し、誰も自分で注いでいないことを常に確認してください。回転前に。

箸のマナー

中国では箸は単なる食器以上の存在であり、その使い方は、箸と食べ物の両方に対する敬意を表すものだ。ホストとその文化について。いくつかの特定の行動は、非常に失礼、あるいは侮辱的とみなされます。

△注意 箸をご飯茶碗に垂直に立ててはいけません。これは線香を模倣する行為です。葬儀で故人への供物として燃やされるが、極めて不吉で失礼な行為とみなされている。

- 使用しないときは、箸置きに水平に置くか、お椀の上に横向きに置きましょう。

- すべきこと :テーブルに用意されている場合は、取り分け用の箸（公筷、gōng kuài）を使用してください。これらは特に共有の皿から食べ物を取る。
- してはいけないこと :箸で人を指差すのは失礼とみなされます。•してはいけないこと :箸をフォークのよう食べ物に突き刺すのはやめましょう。箸で食べ物をつかんでください。
- やってはいけないこと :箸から直接他の人の箸に食べ物を渡すことは、葬儀の儀式であり、避けるべきである。
- してはいけないこと :会話中や食事を決める際に箸を振り回すこと。

食卓を囲むお茶文化

お茶は中国料理の生命線です。ほとんどの場合、料理が運ばれてくる前に提供され、食事中ずっと注ぎ足される。それには美しく繊細な作法があり、ほとんどの人は外国人が見たことがない。

二本指の感謝

誰かがあなたのカップにお茶を注いでいるとき、あなたは静かにテーブルを指2本で軽く叩きます。ありがとうございます。この習慣は清朝時代に遡り、乾隆帝が変装して旅をしていたことに由来します。そして召使いにお茶を注ぐ。お辞儀をして正体を明かしたくない仲間たちは、軽く叩いてテーブルの上に指を2本曲げて、こっそりお辞儀を真似る——「陛下、ありがとうございます」という意思表示である。この仕草は、今日でも中国の食文化における一般的で魅力的な要素として残っている。

ヒント :中国で誰かがお茶を注いでくれるとき、指2本で軽く叩いてみてください。地元の人々はあなたがこの習慣を知っていることに、嬉しい驚きと感銘を受けました。

まずは他人にお茶を注ぐ

自分のカップにお茶を注ぐ前に、テーブルにいる全員にお茶を注ぐのが正しいマナーです。他者を優先することは、年長者や客人を敬い、気遣うという儒教の価値観を反映している。中国の社会文化を支える基盤となる。

請求書の支払い

中国の食事において、お会計は文化的に最も意味深い瞬間のひとつである。西洋諸国とは異なり、割り勘が一般的で当然のこととされているのに対し、中国では一人当たりの食事が伝統的で、通常は主催者、またはテーブルで最も地位の高い人が、全員分の料金を支払う。

- 請求書をめぐって、大声で激しい「言い争い」が起こることを覚悟してください。これはごく普通のことですし、店の温かさの表れでもあります。そして、対立ではなく、寛容さを。

- ホストが支払いを強く希望するだろうと予想していても、自分で支払うことを申し出る。
「面子（面子、miànzi）」を保つために重要。•同世代の友人

同士で割り勘（AA制、AA zhì）をすることはますます一般的になっている。

都市部ではよく使われるが、一般的にはビジネスシーンやフォーマルなホストとゲストの関係にはふさわしくない。

△注意:決して、申し出ずにただ座って他の人が支払うのを待っていてはいけません。
申し出を即座に拒否した場合、申し出るという行為自体が、あなたの善良な人柄を示す重要な社会的シグナルとなります。

騒音を立てることは問題ない

中国では麺やスープをすするのはごく普通のことであり、場合によってはシェフへの賛辞 — 料理があまりにも美味しくて、食べるのを止められないという合図です。
静かに食事をするか、楽しみの自然な音を抑えましょう。中国では、賑やかで活気のある食卓は幸せな食卓とされています。食文化。

乾杯: Gān Bēi!

乾杯（干杯、gān bēi — 文字通り「乾いた杯」）は、フォーマルなディナーやビジネスディナーにおいて重要な部分である。
中国では、誰かが乾杯のためにグラスを上げたとき、自分のグラスをそれよりも少し低く持つのが礼儀とされています。
最も地位の高い人への敬意の表れとして。伝統的にはグラスを空にするのが慣例となっている。
完全にそうだったが、現代では少しずつ飲むこともますます受け入れられるようになっている。

- お酒を飲まない場合は、お茶やソフトドリンクで乾杯しても全く問題ありません。•自分から乾杯を始めることもできます。グラスを掲げ、相手と目を合わせ、「乾杯！」（gān bēi!）と言いましょ。

クイックリファレンス :食卓でのマナーとタブー

実行	しないでください
ホストが席に着いて、先に食事をするように勧めるまで待ちましょう。	ホストが開始の合図をする前に食べ始めてください。
すべての料理を試してみてください。断るのは失礼に思われるかもしれません。	安全な西洋料理だけを食べる
ホストがあなたのボウルに入れてくれた食べ物を受け取ります。愛情深い	自分自身にだけ給仕することを主張する
提供されている場合は、取り分け用の箸（公筷）を使用してください。	自分の箸を使って他の人に料理をよそってシェア料理
テーブルを指2本で軽く叩いて感謝の気持ちを伝えましょう お茶が注がれる	誰かがお茶を注いでも無視する
ホストに支払ってもらうのは敬意の表れです。そしてすぐに西洋式に割り勘にしましょう。	

寛大さ	
大声で支払いを申し出る — ホストがそう主張しても、適切なエチケット	ただ座って誰かが支払うのを待つだけ
ご飯を食べるときは、お碗を持ち上げてください。	ご飯は茶碗に残しておき、感謝の気持ちを表すために食べきってください。
料理を褒める — 「おいしい ! (Hǎo chī!)」は '美味しい ! '	味、スパイス、または材料について不満を言う
音を立てて — 麺をすする音はまさに普通	テーブルでは沈黙が期待されていると想定してください。

食卓で役立つフレーズ

英語	中国	発音
美味しい！	美味しい！	おはよう！
お茶をありがとう	ありがとう	シェンシェ
乾杯！／一気飲み！	乾杯！	ああ、なんてことだ！
ご自由にお召し上がりください。	敬請試飲	青永
お腹いっぱいです、ありがとうございます。	お腹いっぱいです、ありがとうございます。	値段はいくらですか、値段はいくらですか？
これはとても美味しい	これは美味しい	Zhè hěn hǎo chī
請求書を頂けますか？	請求書を支払う	麦丹
支払わせてください！	私が払います！	Wǒ lái fù!

ichingo.appからの最後のヒント

中国文化を理解することは、あなたの旅をより有意義で、敬意に満ちたものにする上で非常に重要です。楽しい、ほとんどの地元住民は信じられないほど温かく、観光客の文化的な間違いにも寛容だが、これらの習慣を理解しようとする努力は、真の評価を得て、

そうでなければ、閉鎖したままにしてください。

何よりもまず覚えておくべき、3つのシンプルなルールをご紹介します。

1

迷ったら赤を使おう。色、贈り物、封筒には赤が常に安全で、常にようこそ、いつもありがとうございます。

2

箸に注意してください。最も重要な2つのルールは、ご飯に箸を垂直に立てないこと、そして箸で食べ物を渡してはいけません。

3

支払いを申し出ること——常に。たとえ戦いに勝てないと分かっている。その気持ちが大切なのです。中国の社会文化において非常に大きな意味を持つ。

