



ichingo.app

だからみんな会計をめぐるって争ったのか！？？？中国料理のルールがついに明らかに！

食事のマナー

初めて訪れる人が知っておくべきことすべて
中国に到着する前に

✧ ichingo.app・中国旅行のためのツールキット

ichingo.app

中国ガイド

中国における食事のマナー

中国では、食事を共にすることは文化において最も重要な社会的儀式の一つです。食べ物は単なる栄養源ではなく、**もてなし、敬意、そして共同体意識の表れ**なのです。中国の食卓における暗黙のルールを理解することで、素晴らしい印象を与え、世界屈指の食文化を存分に楽しむことができるでしょう。

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。入口に面した席は最も格式の高い席であり、伝統的に最年長者や尊敬されるゲストのために確保されています。宴会やフォーマルなディナーでは、自分で席を選ぶのではなく、係員に案内されるまでお待ちください。

💡 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。案内されること自体が、あなたへの敬意の表れです。

レイジースーザン(回転式ターンテーブル)

多くの中国料理店、特にグループでの食事では、**テーブルの中央に大きな回転台が設置されています**。すべての料理はこの回転台に載せられ、全員で分け合って食べます。通常、店主はまず主賓の方に料理を回します。回転台はゆっくりと回し、回す前に必ず誰も料理を取っていないことを確認してください。

お箸のマナー //

中国において箸は単なる食器以上の意味を持ちます。箸の使い方は、ホストへの敬意と文化への敬意を表すものです。特定の振る舞いは、非常に失礼、あるいは侮辱的とみなされます。

⚠️ 注意: 箸をご飯茶碗に立てて刺してはいけません。これは葬儀で故人への供物として焚かれる線香を模倣する行為であり、非常に縁起が悪く、失礼な行為とされています。

- 使用しないときは、箸置きに水平に置くか、お碗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、大皿料理から食べ物を取り分けるためのものです。

- やってはいけないこと: 箸で人を指差すこと。これは失礼な行為とみなされます。
- やってはいけないこと: 箸をフォークのように食べ物に突き刺す — 持ち上げて握る。
- してはいけないこと: 箸から直接他の人の箸に食べ物を渡す。これは葬儀の儀式を彷彿とさせるため、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 𠂇

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、食事中も絶えず注ぎ足されます。そこには、外国人にはなかなか見られない、美しく繊細な作法が存在します。

二本指の感謝

誰かがカップにお茶を注いでくれたとき、感謝の気持ちを表すために、**軽く指2本でテーブルを叩きます**。この習慣は清朝時代に遡ります。乾隆帝は変装して旅をし、召使にお茶を注いでいました。正体を明かしたくない乾隆帝は、従者たちが指2本を曲げてテーブルを軽く叩き、密かに「陛下、ありがとうございます」という感謝の意を表したのです。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習慣として受け継がれています。

💡 ヒント: 中国でお茶を注いでもらうときは、指2本で軽く叩いてみてください。地元の人たちは、あなたがこの習慣を知っていることに驚き、感心するでしょう。

まずは他人にお茶を注ぐ

食卓では、自分の茶碗にお茶を注ぐ前に、同席者全員にお茶を注ぐのが正しい作法です。このように他者を優先する態度は、中国社会文化の根底にある、年長者や客人に対する敬意と配慮という儒教の価値観を反映しています。

請求書の支払い 𠂇

会計は、中国料理において文化的に非常に重要な意味を持つ場面の一つです。割り勘が一般的で、むしろ当然のこととされている欧米諸国とは異なり、中国では、通常は主催者やテーブルで最も地位の高い人が全員分の会計をするのが伝統となっています。

- 請求書をめぐって、騒々しくも活発な「言い争い」が起こるかもしれませんが、これは全く普通のことです。争いではなく、温かさや寛大さの表れなのです。
- 自分から支払うことを申し出ましょう。この行為は「面子」(miànzi)を保つ上で重要です。

- 割り勘(AA制、AA zhì)は、都市部の同世代の友人同士の間ではますます一般的になっているが、ビジネスや正式なホストとゲストの関係では一般的に適切ではない。

△注意:決して、ただ座って誰かが支払うのを待つのではなく、自分から申し出ましょう。たとえ申し出がすぐに断られたとしても、申し出という行為自体が、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。

音を立てるのは構わない 🍴

麺やスープをすすりながら食べるのはごく普通のことです。むしろ、場合によっては料理人への褒め言葉とさえ言えるでしょう。それは、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サインなのです。黙って食事をしたり、自然な喜びの声を抑えたりする必要はありません。賑やかで活気のあるテーブルは、中国の食文化において幸せなテーブルなのです。

乾杯:ガンベイ! 🍷

乾杯(干杯、gān bēi — 文字通り「乾杯する」)は、中国のフォーマルな会食やビジネスディナーにおいて重要な儀式です。誰かが乾杯のためにグラスを掲げたとき、敬意を示すため、最も目上の人々のグラスよりも少し低い位置に自分のグラスを掲げるのが礼儀です。伝統的にはグラスの中身を完全に飲み干すことが求められますが、現代では少しずつ飲むことも受け入れられるようになってきています。

- お酒を飲まない方であれば、紅茶やソフトドリンクで乾杯しても全く問題ありません。
- 乾杯は自分から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!)と一言してください。

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促すのを待ちましょう。	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しょう。それは愛情表現です。	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。	シェア用の大皿から他の人に料理を取り分ける際は、各自の箸を使用してください。
お茶を注いでもらったら、テーブルを指2本で軽く	誰かがお茶を注いでくれても無視する

叩いて感謝の気持ちを伝えましょう。	
ホストに支払ってもらうのは、敬意と寛大さの表れです。	すぐに西洋式に割り勘する
たとえ主催者が支払いを要求しても、大きな声で支払いを申し出るのが正しいマナーです。	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－「好吃！(Hǎo chī!)」は「おいしい！」という意味です。	味、スパイス、または材料について不満を言う
音を立ててもいいですよ。麺をすする音はごく普通のことです。	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！	Hǎo chī!
お茶をありがとうございました。	ありがとう	シェシェ
乾杯！／一気に飲み！	乾杯！	Gān bēi!
ご自由にお召し上がりください。	使用してください	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。	Wǒ chī bǎo le, xiè xiè
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、旅をより有意義で、敬意に満ちた、楽しいものにする上で非常に重要です。ほとんどの地元の人々は、旅行者の文化的な間違いにも非常に寛容で温かく接してくれますが、こうした習慣を理解しようと努力することで、**真の感謝を得られ、そうでなければ閉ざされたままだった扉が開かれるでしょう。**

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	迷ったら赤を選ぼう。色、贈り物、封筒など、赤はどんな場面でも無難で、いつでも歓迎され、いつでも喜ばれる色だ。
2	箸の使い方には注意しましょう。最も重要なルールは2つ。ご飯に箸を立てて刺さないこと、そして箸で食べ物を渡し合わないことです。
3	支払いを申し出ることー常に。たとえ戦いに勝てないと分かっている。中国の社会文化において、その行為は非常に重要な意味を持つ。

