



あいさつと礼儀

あいさつと礼儀のこころを学ぼう



この教材の使い方

1

見て・ふれて・感じる

写真や実物、動画でも確かめてみましょう。身近な行事や食べ物の中にも、日本文化はたくさんあります。

2

「なぜ？」を考える

行事やしきたりには、それぞれ意味や願いがこめられています。由来を知ると、ぐっと面白くなります。

3

「やってみよう」で体験する

答えは30ページにあります。家族や地域の人に話を聞くのもおすすめです。地域によるちがいも楽しみましょう。



Ken (ケン)

日本の中学生。地元のお祭りが大好き。



Emma (エマ)

カナダから来た留学生。日本文化を勉強中。

もくじ

あいさつの基本	3～4
毎日のあいさつ	5～6
家庭の礼儀	7～9
暮らしの中の礼儀	10～12
礼儀の心	13～15
確かめよう	16～19
くらべる・疑問	20～22
おさらい	23～25
つたえる	26～28
まとめ	29～30

日本のあいさつ

日本のあいさつのしかたを知りましょう。

あいさつは、相手に「あなたに気づいていますよ」「大切に思っていますよ」という気持ちを伝えるものです。

日本では、時間帯によってことばを使い分けたり、ことばと一緒に頭を下げたりすることが多いです。



おはようございます

おはようございます／good morning

朝に使うていねいなあいさつ

こんにちは

こんにちは／hello

昼間に使うあいさつ

こんばんは

こんばんは／good evening

夕方から夜に使うあいさつ

ポイント

- あいさつは、相手の顔を見て、はっきりした声でするとより伝わります。
- 目上の人には「おはようございます」のようにていねいな形を使うことが多いです。

やってみよう

1. 今日、だれかに言ったあいさつを1つ書いてみよう。

書いて覚えよう

4

いただきます・ごちそうさま・いってきます・ただいま

毎日の暮らしの中で使うあいさつのことばを学びます。

いただきます

いただきます／itadakimasu

食事の前に、命や作った人へ感謝することば

ごちそうさま

ごちそうさま／gochisousama

食事の後に、感謝を伝えることば

いってきます

いってきます／ittekimasu

家を出るときのあいさつ

ただいま

ただいま／tadaima

家に帰ったときのあいさつ

Emma

どうして食事の前に「いただきます」って言うの？



Ken

食べ物になった命や、作ってくれた人へのお礼の気持ちを表すことばなんだ。

ポイント

- 「いってきます」「ただいま」は、家族に自分の行き来を伝える、短いけれど大切なことばです。

やってみよう

- 今日の食事で「いただきます」を言えたか、思い出してみよう。

書いて覚えよう

お礼の伝え方・おわびの伝え方

感謝やおわびの気持ちを伝えることばを学びます。

お礼の伝え方

ありがとうございます

ていねいな感謝のことば

助かりました

相手の行いへの感謝を表すことば

おわびの伝え方

すみません

軽いおわびや呼びかけに使うことば

申し訳ありません

深いおわびを伝えることば

ポイント

- お礼やおわびは、気づいたらすぐに伝えると、相手に気持ちが届きやすくなります。
- ことばだけでなく、軽いおじぎを添えると、より気持ちが伝わります。

やってみよう

1. 最近だれかに「ありがとう」を伝えたことを書いてみよう。

書いて覚えよう

玄関での礼儀・くつをそろえる

家に入るときに礼儀を学びます。

日本の多くの家では、玄関でくつをぬいでから家に上がります。くつのまま部屋に入らないのがマナーです。

ぬいだくつは、つま先を出口に向けてそろえておくと、次に外へ出るときも気持ちよく使えます。



玄関でのふるまい

くつをぬぐ

くつをそろえる

スリッパにはきかえる

荷物を置く場所に気をつける

家によってスリッパを使う・使わないなど、ちがいがあります。

ポイント

- くつをそろえる習慣は、次に使う人や自分自身への思いやりから生まれています。

やってみよう

1. 自分の家の玄関で、くつをそろえてみよう。

書いて覚えよう

- 訪問する前に、日にちや時間を伝えておくと、相手にも準備の時間ができます。
- 手土産を持っていくときは、両手でわたすといねいです。
- 家に上がるときは「おじゃまします」と一声かけることが多いです。

ワンポイント 長居しすぎず、相手の都合も考えて時間を決めておくとう安心です。

1. 人の家をたずねたときのことを思い出して書いてみよう。

- お客さんが来たら、玄関で明るく出むかえます。
- お茶やスリッパを用意して、くつろいでもらえるようにします。
- 帰るときは、玄関まで見送るのがいいなふるまいです。



うちに友だちが来たら、まずお茶を出すようにしているよ。



見送るところまでが、おもてなしなんだね。

1. お客さんが来たら、あなたならどんなおもてなしをしますか。

Lesson
12-13

贈り物のマナー・電話のマナー

贈り物や電話でのやりとりの礼儀を学びます。

贈り物のマナー

両手でわたす

ていねいな気持ちを表す

簡単な言葉を添える

「ほんの気持ちですが」など

電話のマナー

名乗ってから話す

自分の名前を先に伝える

静かな場所で話す

まわりに配慮する

ポイント

- 贈り物は、値段よりも、相手を思う気持ちが大切にされています。

やってみよう

- 電話をかけるとき、最初に何と言うか考えてみよう。

書いて覚えよう

まわりの人が気持ちよく過ごせるようにという思いやりから生まれた習わしです。

- 公共の場のマナーは、自分のためだけでなく、まわりの人のためでもあります。

1. 電車やバスの中で気をつけていることを1つ書こう。

- 目上の人には、ていねいなことば（敬語）で話すことが多いです。
- 順番や席の位置など、目上の人を先にする習わしもあります。

ワンポイント 敬語がうまく使えなくても、心をこめてていねいに話す気持ちがいちばん大切です。

1. 目上の人と話すとき、気をつけていることを書こう。

礼儀と思いやり

礼儀の根っこには、相手への思いやりがあります。

礼儀作法は、形だけを覚えるものではありません。その形の奥には、相手を大切に思う気持ちがあります。

「相手はどう感じるだろう」と考えることが、礼儀の出発点だといわれています。



ポイント

- 形を知らなくても、相手を思う気持ちがあれば、ふるまいは自然とていねいになります。

やってみよう

1. 礼儀正しいと感じる人を1人思い浮かべ、どこがそう感じるか書こう。

書いて覚えよう

礼儀の練習

学んだ礼儀を、実際にやってみましょう。

やってみよう

1. 家族に「おはようございます」とていねいにあいさつしてみよう。
2. 会釈・敬礼のおじぎを、それぞれ1回ずつやってみよう。
3. 今日1日で、できた礼儀を書いてみよう。

ワンポイント 礼儀は、1回でできなくても、くり返すうちに自然と身についていきます。

書いて覚えよう

写真や実物を見てみよう

礼儀やあいさつの場면을、写真や映像で確かめましょう。

見てみよう

おじぎの写真

テレビの時代劇

和室での作法の映像

空港や駅であいさつする様子

場面によっておじぎの深さがちがうことに注目してみましょう。

ポイント

- 映像を見ると、ことばとおじぎのタイミングがよくわかります。

やってみよう

1. 印象に残ったあいさつの場面を1つ書こう。

書いて覚えよう

体験してみよう

礼儀やあいさつを、実際に体験してみましょう。

やってみよう

会釈・敬礼・最敬礼の練習

玄関でくつをそろえる

電話でのあいさつ

贈り物を両手でわたす練習

どれも、家や学校で安全に体験できます。

ポイント

- 実際に体を動かすと、ことばだけでは気づかない発見があります。

やってみよう

1. この中から1つえらんで体験し、気づいたことを書こう。

書いて覚えよう

地域によるちがい

礼儀の形は、地域や家庭によってちがいがります。

ポイント

- あいさつのことばには、方言によるちがひがあります。
- 「必ずこうする」と決めつけず、地域や家庭のやり方を尊重することが大切です。
- アイヌの人々や沖縄など、それぞれの地域に伝わる独自の礼儀もあります。

やってみよう

1. 自分の地域ならではのあいさつやことばを1つ書こう。

書いて覚えよう

昔と今をくらべよう

礼儀の形は、時代とともに少しずつ変わってきました。

普

以前の暮らし

深いおじぎが多い

目上への礼儀を重んじた

手紙でのあいさつ

時間をかけて気持ちを伝えた

今

今の暮らし

軽い会釈も多い

場面によって使い分ける

電話やメッセージ

すぐに気持ちを伝えられる

ポイント

- 形は変わっても、相手を思う気持ちは今も受け継がれています。

やってみよう

1. 家族に、昔と今であいさつがどう変わったか聞いてみよう。

書いて覚えよう

よくある疑問

礼儀やあいさつについて、よくある疑問を確認しましょう。

よくある疑問

Q. おじぎとあく手、どちらを選べばいいですか？

A. 相手やその場のやり方に合わせるとよいでしょう。どちらも敬意を表す方法です。

Q. 敬語がうまく話せなくても大丈夫ですか？

A. 大丈夫です。ていねいに話そうとする気持ちが伝われば十分です。

ポイント

- わからないことは、そのままにせず、まわりの人に聞いてみましょう。

やってみよう

1. 礼儀について疑問に思うことを1つ書こう。

書いて覚えよう

- 形だけを気にしすぎず、相手を思う気持ちを忘れないようにしましょう。
- 家庭や地域によってやり方がちがうときは、その場のやり方に合わせましょう。
- 礼儀を知らない人を、決して見下したりしないようにしましょう。

ワンポイント 礼儀は、まわりを見て少しずつ覚えていくものです。あせらなくて大丈夫です。

1. 礼儀で気をつけたいと思ったことを1つ書こう。

用語をおさらい

この教材に出てきたことばを確認しよう。

あいさつのことば

☐ いただきます

食事の前の感謝のことば

☐ ごちそうさま

食事の後の感謝のことば

☐ いってきます

家を出るときのあいさつ

礼儀のことば

☐ 会釈

軽いおじぎ

☐ 敬礼

訪問や別れのおじぎ

☐ 最敬礼

深い感謝やおわびのおじぎ

ワンポイント 覚えたことばに✓をつけよう。ことばを知ると、礼儀がもっと身近に感じられます。

書いて覚えよう

● 才、軽いおじぎ

2. 礼儀は日本中どこでも全く同じやり方をする → (正しい / まちがい)

- | | | |
|--------------------------|---------------------|-----------------|
| ☐ | 会釈・敬礼・最敬礼のちがいを説明できる | 深さで区別する |
| ☐ | 毎日のあいさつのことばを言える | いただきます・いただきますなど |
| ☐ | 人の家をたずねるときの礼儀がわかる | 手土産・あいさつなど |
| ☐ | 礼儀のもとにある気持ちを説明できる | 相手への思いやり |

- ✓がつかなかった項目は、もう一度そのページを読み返してみましょう。

家族や友だちに話してみよう

学んだ礼儀を、自分のことばで伝えてみよう。

伝えたい礼儀

由来や意味

自分が感じたこと

相手に聞いてみたいこと

Ken の例

伝えたい礼儀 おじぎの種類／由来や意味 深さで敬意の大きさを表す／自分が感じたこと 鏡の前で練習して姿勢の大切さに気づいた／聞いてみたいこと 外国ではどうやって敬意を表すか

ポイント

- 聞いてもらう相手に合わせて、ことばを選んでみましょう。

書いて覚えよう

英語で紹介してみよう

日本の礼儀を、短い英語でも紹介できるようにしよう。

おじぎ

bow

頭を下げて敬意を表すふるまい

いただきます

a word said before eating

食事の前に感謝を伝えることば

Emma

「おじぎ」って英語でどう説明したらいいのかな。



Ken

「頭を下げて敬意を表すこと」って、シンプルに伝えるといいよ。

ポイント

- すべてを直訳しようとせず、意味を簡単なことばで伝えることが大切です。

やってみよう

- 紹介したい礼儀を1つ選び、短い英語で説明してみよう。

書いて覚えよう

もっと知りたい人へ

礼儀の世界は、ここからどんどん広がります。

調べる方法

図書館で
作法の本を借りる家族に
地域の礼儀を聞く映像で
作法の様子を見る

次に学びたいテーマ

神社とお寺
参拝の作法着物の着方
身につける文化年中行事
季節ごとの礼儀

ポイント

- 日常の礼儀を知ると、行事や作法もより深く理解できるようになります。

書いて覚えよう

あいさつと礼儀チャレンジ

教室の外でも、礼儀の心はすぐに実践できます。

やってみよう

1日、**ていねいなあいさつ**を心がける

聞いてみよう

家族に**昔のあいさつのしかた**を質問する

伝えよう

学んだ礼儀を**友だちや家族に紹介**する

こたえ

L28 いただきます→ウ 会釈→オ 最敬礼→エ 申し訳ありません→ア おもてなし→イ 2. 正しい / まちがい

L33 (例) 礼儀とは、相手を思いやる気持ちをふるまいで表すこと。

書いて覚えよう

あいさつと礼儀 (Season 1 | No.4)

発行：一般社団法人文化芸術支援協会

この教材の著作権は一般社団法人文化芸術支援協会に帰属します。個人の学習および家庭内での利用に限り、閲覧・保存・印刷ができます。

有料の講座・塾・研修での使用、販売・再配布、改変しての公開、生成AIへの入力などの商用利用は禁止しています。

くわしくは当協会ウェブサイトの「ウェブサイト利用規約」をご覧ください。