



香道

香りを聞き、心を静める文化



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

香道の基本	3～8
香道を知る	9～13
香りのいろいろ	14～16
香りと暮らし	17～21
見て・体験する	22
おさらい	23～24
まとめの練習	25～27
ふり返り	28～30

香道ってなに？

香道は、香りを楽しみ、味わう日本の伝統文化です。

香道（こうどう）とは、香木（こうぼく）をたいて、立ちのぼる香りを楽しむ日本の伝統文化です。茶道・華道とならび、日本の伝統的な芸道の1つとされています。香道では、香りを「かぐ」ではなく「**聞く**」と表現します。静かに心を落ち着けて、香りと向き合う文化です。



香道の特徴

香木をたく

香りを聞く

組香で楽しむ

静かな時間

香りだけでなく、道具や作法、和歌などとも深く結びついています。

ポイント

- 香道は、香りを当てたり味わったりして楽しむ、遊びと芸術が合わさった文化です。
- 「道」とつくように、技だけでなく心のあり方も大切にされています。

やってみよう

- 「香りを聞く」という言い方を聞いて、どう感じましたか。

書いて覚えよう

香道の歴史

香道は、長い年月をかけて今の形に育まれてきました。

香木は、飛鳥時代に日本に伝わったと伝えられています。はじめは仏教の儀式で使われることが多かったといわれています。

平安時代には、貴族たちが香りを混ぜ合わせて楽しむ文化が広がり、室町時代になると、茶道や華道と同じころに、香道が芸道として形づくられていったといわれています。



ポイント

- 香りを聞く文化は、仏教とともに日本に根づいていったと考えられています。
- 室町時代には、香道の作法や流派の基礎が整えられていきました。

やってみよう

1. 仏教の儀式と香りが結びついていることについて、どう思いますか。

書いて覚えよう

香木

こうぼく / fragrant wood

香りのもとになる、特別な木のこと

ポイント

- 香木は、木そのものにすでに香りがしみこんでいる、貴重な自然の恵みです。
- 長い年月をかけて木の中に香りの成分がたくわえられるといわれています。

やってみよう

1. 香りのする木や植物を、身のまわりで思い出してみよう。

書いて覚えよう

沈香と白檀

香木には、沈香と白檀という代表的な2つの種類があります。

沈香（じんこう）

樹木に長い年月をかけて樹脂がたまってできる、重く貴重な香木

白檀 (びゃくだん)

木そのものに甘く上品な香りがある香
木

共通点

どちらも、たくことで奥深い香りが立ちのぼる

ポイント

- 沈香は、産地や質によって「六国五味（りっこくごみ）」という考え方で分類されることがあります。
- 白檀は仏具や扇子など、香道以外の道具にも使われています。

やってみよう

1. 沈香と白檀、どちらの香りをかいてみたいですか。

書いて覚えよう

香りを聞く

香道では、香りをかぐことを「聞く」と表現します。

「聞く」という言葉

香道では、香りをかぐことを「聞香（もんこう）」、香りを「聞く」と表現します。

耳をすますように、静かに心に向けて香りを味わう姿勢が、この言葉に表れています。

香炉を軽くくるむように持ち、静かに香りを感じ取ります。

ポイント

- 「聞く」という言葉には、香りに集中し、心を落ち着けるという意味がこめられています。
- 香りは、一瞬で消えてしまうからこそ、大切に味わわれてきました。

やってみよう

1. 「香りを聞く」という感覚を、自分の言葉で表してみよう。

書いて覚えよう

聞香の作法

香りを聞くときには、基本となる作法があります。

聞香の流れ

香炉を左手にのせ、右手でそっとおおうように持ちます。

香炉を鼻に近づけ、静かに香りを聞き、香炉を次の人へ回します。

作法は流派によって少しずつちがいますが、香りと静かに向き合う心は共通しています。

ポイント

- 香炉は熱くなっていることがあるため、扱うときは注意が必要です。
- 1人が長く独占せず、順番に香りを聞き合うのが基本です。

やってみよう

1. 静かに何かに集中する時間を、ふだんの生活でもてていますか。

書いて覚えよう

組香は、複数の香りを聞き分けて楽しむ遊びです。

くみこう / kumiko

複数の香りを聞き比べ、当てたり味わったりする遊び

ポイント

- 組香には、物語や和歌にちなんだテーマがつけられることが多くあります。
- 香りを当てること自体だけでなく、香りから広がる想像も楽しみの1つです。

やってみよう

1. 香りから何かを想像するとしたら、どんな場面を思いうかべますか。

書いて覚えよう

源氏香

源氏香は、源氏物語にちなんだ、よく知られる組香です。

源氏香（げんじこう）は、5種類の香りを聞き分け、その組み合わせを図で表す組香です。

組み合わせの図（香図）は52種類あり、「源氏物語」54帖のうち、最初と最後を除いた52帖に対応づけられているといわれています。



ポイント

- 香りの組み合わせを、線でむすんだ図で表すところに工夫があります。
- 文学と香りが結びついている点も、源氏香の魅力の1つです。

やってみよう

1. 源氏香の図を見て、どんな印象を持ちましたか。

書いて覚えよう

香道では、専用の道具を使って香りを聞きます。

11

香と季節

香道でも、季節を感じる工夫が大切にされています。



春

はる/haru

やわらかく軽やかな香りが好まれる

3～5月ごろ



夏

なつ/natsu

涼しさを感じる香りが好まれる

6～8月ごろ



秋

あき/aki

落ち着いた深みのある香りが好まれる

9～11月ごろ



冬

ふゆ/fuyu

温かみのある香りが好まれる

12～2月ごろ

ポイント

- 組香のテーマにも、季節の行事や風物が入り入れられることがあります。
- 香を通して、季節の移り変わりを感じる文化でもあります。

やってみよう

1. 今の季節に合う香りを、想像して書いてみよう。 _____

書いて覚えよう

香と和歌

香道は、和歌や物語と深く結びついています。

ポイント

- 組香のテーマには、和歌や物語の一場面が使われることがよくあります。
- 香りを聞きながら、関連する和歌を思いうかべることも楽しみ方の1つです。

Emma

香道って、文学とも関係があるんだね。



Ken

そう。源氏香みたいに、物語をもとにした組香もあるんだよ。

やってみよう

1. 好きな物語や歌があれば、それに合う香りを想像してみよう。

書いて覚えよう

お香の種類

お香には、香道以外にもさまざまな種類があります。

お香の種類	特徴
練香（ねりこう）	粉末状の香原料を練り合わせてつくるお香
線香	棒状に固めた、火をつけて使うお香
匂い袋	布の袋に香原料を入れた、持ち運べるお香

ポイント

- 香道で使う香木は、燃やすのではなく、熱でじっくり温めて香りを引き出します。
- 線香や匂い袋は、より身近な暮らしの中で使われてきました。

やってみよう

1. 家にあるお香や、香りのするものを1つ思い出してみよう。

書いて覚えよう

線香は、暮らしの中でよく使われるお香の1つです。

線香

せんこう / incense stick

棒状に固めた、火をつけて使うお香

ポイント

- お仏壇やお墓に手を合わせるときなど、日々の暮らしの中で使われています。
- 香りの種類も、伝統的なものから現代的なものまで、幅広く作られています。

やってみよう

1. 線香の香りをかいたことがあれば、どんな香りだったか書こう。

書いて覚えよう

匂い袋は、香りを身近に持ち歩ける小さな袋です。

匂い袋

においぶくろ / sachet

布の袋に香原料を入れた、持ち運べるお香

ポイント

- 引き出しや衣装ケースに入れて、衣類にやさしい香りを移すために使われます。
- 香原料の組み合わせによって、さまざまな香りの匂い袋が作られます。

やってみよう

1. 匂い袋を作るとしたら、どんな香りにしたいですか。

書いて覚えよう

香りと暮らし

香りは、昔から人々の暮らしに寄りそってきました。

暮らしの中の香り

衣類に香りを移す

部屋をよい香りにする

お参りのときの線香

お香でおもてなし

香道の作法とは別に、香りは日々の暮らしの中でも大切にされてきました。

ポイント

- 平安時代には、衣類に香りをたきしめる習わしがあったといわれています。
- 香りは、目に見えないものですが、暮らしを豊かにする役わりを果たしてきました。

やってみよう

1. 家の中で、よい香りがすると感じる場所を1つ書こう。

書いて覚えよう

香りと心

香りには、心を落ち着けたり、気持ちを切りかえたりする力があります。

ポイント

- 香道では、静かに香りと向き合う時間そのものが、心を整える時間ともされています。
- 好きな香りをかぐと、気持ちが落ち着いたり、なつかしい記憶がよみがえったりすることがあります。

やってみよう

1. 好きな香りをかいたときの気持ちを、思い出して書こう。

ワンポイント 香りの感じ方には個人差があります。無理に「正しい香り」を探そうとしなくて大丈夫です。

書いて覚えよう

香道の流派

香道には、いくつかの流派があります。

御家流（おいえりゅう）

公家の間で伝えられてきたとされる流派

志野流（しのりゅう）

武家の間で伝えられてきたとされる流派

共通点

どちらも、香りを聞く作法と心を大切にしている

ポイント

- 流派によって、作法や道具の使い方に少しずつちがいがあります。
- どの流派も、香りと静かに向き合う姿勢を大切にしています。

やってみよう

1. 流派によって作法がちがう理由を、考えてみよう。

書いて覚えよう

火や熱いものを使うときは、必ず大人といっしょに行いましょう。

1. 好きな香りのするもの（石けん・お茶の葉など）を用意し、静かに香りを聞いてみよう。
2. 香りを聞いて感じたことを、ことばにして書こう。

香りの文化

香道には、香りを通して心を整える日本文化の知恵があります。

ポイント

- 香道は、香りを楽しむだけでなく、静けさや集中する心を大切にする文化です。
- 文学や季節とも結びつきながら、長い年月をかけて受けつがれてきました。

やってみよう

1. 香道の魅力を、自分の言葉で1文にまとめよう。

ワンポイント 香りは目に見えませんが、記憶や気持ちと強く結びついているといわれています。

書いて覚えよう

写真や実物を見てみよう・体験してみよう

見て、香りにふれて、香道のことをもっと知ろう。

博物館の展示

香炉や香道具の実物を見てみよう

写真や図録

源氏香の香図をさがしてみよう

身近な香り体験

石けんやお茶の香りを静かに聞いてみよう

ポイント

- 実物の香道具は、写真よりも繊細な細工や質感がよく見えることがあります。
- 身近な香りでも、静かに向き合うことで香道の心を体験できます。

やってみよう

1. 博物館や写真で見た香道具で、印象に残ったものを書こう。

2. 身近な香りを聞いてみた感想を書こう。

ワンポイント 火を使う体験は、必ず大人といっしょに、安全な場所で行いましょう。

書いて覚えよう

由来と意味をおさらい・地域によるちがい

香道の由来と、流派によるちがいを確認しよう。

ポイント

- 香道は、香木をたき、その香りを「聞く」ことで楽しむ日本の伝統文化です。
- 室町時代に、茶道や華道と同じころ、芸道として形づくられていったといわれています。

ことば

由来・意味

香木	香りのもとになる特別な木
聞香	香りを聞いて楽しむこと
組香	複数の香りを聞き分けて楽しむ遊び
源氏香	源氏物語にちなんだ、よく知られる組香

やってみよう

- 香道の由来を、自分の言葉で説明しよう。

書いて覚えよう

御所や屋敷での催し

文化施設や体験教室など

マナーと注意点・用語をおさらい

香道にふれるときの注意と、言葉を確認しよう。

ポイント

- 香炉や香木は熱くなることがあるため、あつかうときは注意しましょう。
- 展示されている香道具にはむやみにふれず、静かに鑑賞しましょう。
- 火を使う体験は、必ず大人といっしょに、換気のよい場所で行いましょう。

香りの言葉

☐ 香木

香りのもとになる木

☐ 沈香・白檀

代表的な2つの香木

作法と遊びの言葉

☐ 聞香

香りを聞いて楽しむこと

☐ 組香

香りを聞き分けて楽しむ遊び

☐ 源氏香

源氏物語にちなんだ組香

書いて覚えよう

● オ. 香りのもとになる特別な木

- | | | |
|--------------------------|-----------------|-------------|
| ☐ | 香道の意味を説明できる | 香りを聞いて楽しむ文化 |
| ☐ | 代表的な香木を1つ以上言える | 沈香・白檀など |
| ☐ | 組香・源氏香について説明できる | 香りを聞き分ける遊び |
| ☐ | 香りを聞く体験を1つした | 身近な香りでもOK |

- ✓がつかなかった項目は、もう一度そのページにもどってみましょう。

家族や友だちに話してみよう・英語で紹介してみよう

香道のことを、まわりの人に伝えてみよう。

伝えたい相手

紹介したいこと

いちばん伝えたい
こと

Ken の例

伝えたい相手 家族／紹介したいこと 香りを「聞く」という表現／いちばん伝えたいこと 静かに香りと向き合う時間の心地よさ

kōdō

コウドウ

香道

fragrant wood

フレグラント ウッド

香木

書いて覚えよう

もっと知りたい人へ・学んだことをまとめよう

香道の世界を、これからも広げていこう。

もっと知りたい人へ

博物館で

香道具や源氏香の展示を調べる

体験教室で

聞香を実際に体験してみる

次に学べること

茶道

香道と同じ「道」の文化

書道

筆でえがく文字の美

まとめ 自分の言葉で書こう

1. 香道とはどんなものですか。 _____
2. いちばん心に残ったことは？ _____

書いて覚えよう

香道チャレンジ

香道の見方を、日常にも生かしてみよう。

さがそう

身近にあるよい香りのするものを1つ見つける

聞いてみよう

見つけた香りを、静かに「聞いて」みる

伝えよう

香道の魅力を家族や友だちに話す

こたえ

L28 香木→オ 聞香→ア 組香→イ 源氏香→ウ 匂い袋→エ 2. 沈香
／ 白檀

L32-33 (例) 香道とは、香木をたき、立ちのぼる香りを「聞いて」楽しむ日本の伝統文化。

書いて覚えよう

香道 (Season 6 | No.53)

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。