

<和室の作法>

和室を歩くときは、敷居や畳の縁（へり）を踏まないようにしましょう。和室のなかでもとくに傷みやすい場所だからです。木造の家はコンクリート造の家と違って材質が弱いので、大切に、長く使えるように気をつけましょう。また、音をたてないようにすり足で歩き、手は卵を持っていることを意識して軽く握ります。

立っているときは、背筋を伸ばして軽く握った両手を太ももの前に揃えます。座るときは、片足を半歩後ろに引いてそのままゆっくり腰をおろし、片ほうずつ膝をついて、静かに座ります。座ったら、両手は軽く握って、太ももの上に戻しましょう。

立ち上がる時は、まず両方のかかとを立てて、その上にお尻をのせます。次に、片膝を少し立て、着物であれば上前をpushさながら片足ずつ立ち上がります。お茶をお出しするときも同じように座ったり立ったりすれば、よろけてお茶をこぼすことはありません。

