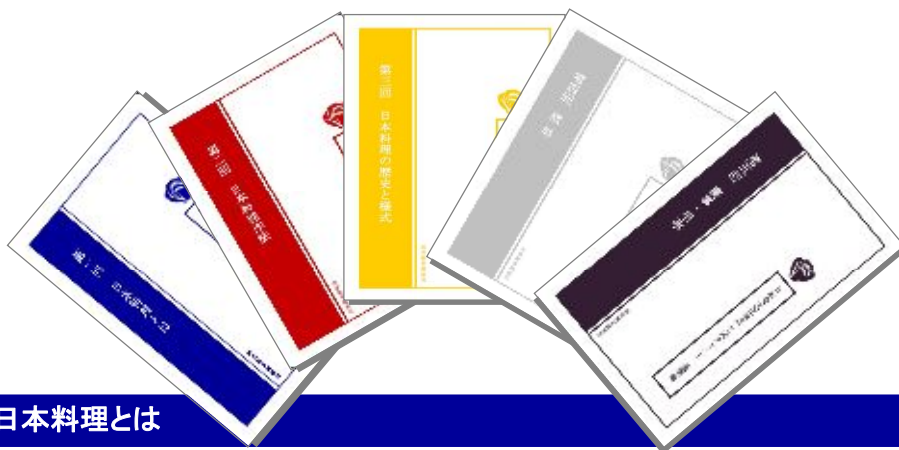


あなたも日本の食文化を原点から学んでみませんか？



● 目次

第1回 日本料理とは

- 第1項 日本料理の起源** 日本料理のはじまり, 神饌と仏供, 日本料理様式の変遷, 稲の神様
- 第2項 日本料理の二祖神** 磐鹿六雁命, 四條中納言藤原朝臣山蔭卿, 四條流庖丁儀式
- 第3項 日本料理の特色** 椀差, 割烹・煮・焼, 単味の味覚, 返り味, ひき算の料理, 季節感, 走り・旬・名残, 盛り付け, 三真, 基本の調味料, 口中調味
- 第4項 陰陽五行説** 陰陽五行説の基本, 陰陽論(陰陽和合), 五行説, 五行配当, 五味・五色・五法

第2回 日本料理作法

- 第1項 日本料理作法のこころ** 求道の精神, 「作法」と「こころ」
- 第2項 箸** 箸にまつわる言い伝え, 食事作法の基本, 割箸の割り方, 箸構え, 箸の作法のいろいろ, 忌み箸・嫌い箸, 箸の種類
- 第3項 会席料理とその作法** 大切にされる季節感, 会席料理とは, 会席料理の献立, 会席料理の作法
- 第4項 いろいろな作法** 上座と下座, 座布団の作法, お辞儀の作法, 襖の作法, 歩く時の作法, 懐紙の作法

第3回 日本料理の歴史と様式

- 第1項 日本料理の歴史** 縄文時代, 弥生から古墳時代, 飛鳥・奈良時代, 平安時代, 鎌倉時代, 室町時代・安土桃山時代, 江戸時代, 明治・大正時代, 昭和時代以降
- 第2項 日本料理の様式** 本膳料理, 袱紗料理, 精進料理, 普茶料理, 懐石料理, 会席料理, その他の料理様式

第4回 歳時

- 第1項 季節** 二十四節気, 雑節, 五節供(五節句)
- 第2項 季節の言葉** 正月の言葉, 春の言葉, 夏の言葉, 秋の言葉, 冬の言葉, 食の季語

第5回 慶事・弔事

- 第1項 慶事** 婚礼, 帯祝い, お七夜, お宮参り, 食い初め, 初節供(初節句), 七五三, 賀寿の祝い
- 第2項 祝いの素材** 食の素材, あしらの素材
- 第3項 弔事** 葬儀, 法要(仏式)

- **特色** 写真が豊富で分かりやすく、ハンディな分量の小冊子全5冊にまとめました。
日本食文化の基礎を学んでいただくのに取り組みやすい構成となっております。

- **仕様** A5判 カラー写真入り・全5冊の総頁数: 285頁