

お酒の席編

人が人を感じる心。その心が日々の暮らしの中で育まれ、かたちとなって根付いているのが、マナーや習慣です。

このコーナーでは、その「おもいやり」にスポットをあてて、シリーズで紹介していきます。今回はみんなが楽しいひと時を過ごすためのポイントをご紹介します「お酒の席編」講座です。



お酒はスマートにいただくのが、大人のたしなみ

ちょっとした気遣いで、酒席がより楽しく、思い出に残るものになります

point

和やかな酒席は、
気持ちのいい「乾杯」から



ワインやシャンパンの場合はグラスを合わせず、目線の高さに持ってきてアイコンタクト。ジョッキはグラスを合わせて楽しめます。一口飲んだらグラスを置き、拍手をしましょう。スマートな乾杯で、和やかな雰囲気をつくりたいものです。

point

おいしいワインの
思い出にひと工夫



ゲストにワインやシャンパンを気に入っていただけたら、エチケツト(ラベル)をプレゼントするのも喜ばれます。エチケツトにはブドウの産地や品種、収穫年などが書かれていますので、知識が深まるとともに、いい思い出になるでしょう。

冠婚葬祭の行事をはじめ、仲間との親睦を深める場、またストレスを発散したいときなど、私たちは日常のさまざまな機会に宴席を囲んでいます。ほどよく酔いが回れば、日ごろの緊張感がほぐれ、仲間同士の親睦もより深まります。お酒は、日常生活を円滑にするための潤滑剤の役割を果たしているともいえるでしょう。

お酒の席では、自分だけが勝手気ままに楽しむのではなく、参加した全員が楽しめるように気を配ることが大切です。

「お酒の作法」というと、お酌するときのお猪口の持ち方やビールのつぎ方などの「テクニク」について目が向きがちですが、これらもお互いが気持ちよく過ごすという目的から生まれた習慣に過ぎません。テクニクも重要ですが、なによりも和やかな雰囲気づくりを考えて行動することで、お酒の席はいつも盛り上がることでしょう。

また、お酒はあくまでも場を盛り上げるための脇役。深酒をして他人に不快な思いをさせてしまわないためにも、飲む量はほどほどに。また、万が一にも乗り物などを運転しないのは当たり前

point



お酒を飲まない人には、特に配慮を

出席者全員がお酒を飲めるとは限りません。なかにはお酒にアレルギーを持つ人もいますので、「ほんの一口だけ」と勧めるのもNG。お酒はあくまでも雰囲気づくりの脇役です。飲めない人、飲まない人にはソフトドリンクを勧めるなどの気配りを。

point



コミュニケーションはお酒に頼らないで

コミュニケーションをとろうとするあまり無理にお酒を勧めたり、また、お酌を求めたりする光景を見かけます。こうした行為は、立場により「無理強い」や「命令」と受け取られてしまうこともあるので気をつけましょう。

point



正式な作法を知って宴席を楽しむ

注ぎ方ひとつをとってもビールや日本酒、ワインとそれぞれの作法があります。食事の作法も和食と洋食では大きく違うように、お酒もマナーや作法は細かく決まっているもの。普段はちょっとした心遣いでも大丈夫ですが、正式な作法を身につけておくとともに宴席を楽しめるでしょう。

point



翌日に残らないよう、楽しくお酒を飲む

「適量」は、飲める量ではなく翌日に残らない量のこと。アルコールの代謝は人それぞれですが、日本酒3合で10~12時間かかるといわれています。翌朝から予定があるなら、22時にはおひらきにしたいものです。また、食事を楽しみつつゆっくり飲みましょう。

COLUMN

昔から知られていた!? 二日酔い防止法

茶道や華道があるように、かつてはお酒にも「酒道」というものがあり、複数の流儀が存在していました。配膳の方法からお酒のつぎ方、飲み方にいたるまで細かい作法が決められていたようですが、これに苦勞していた武士たちのために、室町時代には武家の酒の飲み方が記された本までもが発行されたようです。

この本の中には「汁粉や甘い飲みものを、お酒を飲む前や後にとること」といった内容も書かれています。アルコールの分解により下がった血糖値をジュースなどの甘いもので補給するというのは、現在では二日酔い対策の一つとして広く行われていますが、500年以上も前から経験則として知られていたことが分かります。

のことです。
誰もがリラックスしながら楽しめるよう、ほんの少しの心遣いを忘れないようにしましょう。