

茂昌美耶  
Miya

字 | 解 | 日 | 本

食、衣、住、游

四大主题

三十八个趣味关键字

日本现代生活的通天宝典





茂吕美耶

Miya

字解日本



060 日本酒

日本酒就是「清酒」。日本全国各地都有酿酒厂，基于各地生产的米、水质、酿造法均不同，味道也各异其趣，称为「地酒」。

054 和菓子

和菓子是以日本传统法制出的甜点总称，明治时代以后传进来的西洋甜点（如蛋糕、巧克力、饼干、冰淇淋之类）则称为「洋菓子」。

048 怀石料理

怀石料理的量很少，不是用来充饥的料理，主要是请客人到茶室享用「茶汤」、「茶道」时，「点茶」之前送出的简单料理。

042 渍物

渍物就是中文的腌菜、咸菜、酱菜，又名「御新香」。在日本是几乎每餐都会出现在餐桌上的副食之一。

036 野菜

在《三国志·魏书·乌丸鲜卑东夷传》中便记载着古代日本邪马台国「有姜、橘、椒、蕤荷，不知以为滋味」。这是有关日本蔬菜饮食的最早记录。

030 鱼

在日本，最常见的鱼贝料理是「刺身」（沙西米、生鱼片），根据目前存留的十二世纪宫廷料理食谱史料，那时便有沙西米这道菜。

022 锅料理

锅料理就是火锅，大概是最省事的料理，只要准备好材料，人数多寡都无所谓，寒冬季节呼朋引伴到家里来吃火锅，保证可以吃得宾至如归。

014 面类

日本传统面食是乌龙面和荞麦面。乌龙面原料是面粉，荞麦面原料是荞麦粉；前者是关西人的最爱，后者是关东人的专属。

008 丼物

一般日本人吃饭时同其他以米饭为主食的民族一样，用小碗盛饭，米饭旁是一碗汤，面前则是菜肴。不过也有用大碗盛饭的例子，即「丼物」，也就是盖饭。

002 米

日本是稻米文化，两千年前便以稻米为主食。不但用稻米酿酒、制作「米果」，也用糯米制作「饼」、「团子」。



138 Cosplay | Cosplay 语源是 Costume Play，算是和制英文，中文是「角色扮演」，但跟一般的化装舞会不同，扮演者主要都扮演动画、漫画、电玩中的角色。

132 内裤、裤袜 | 传统和服是日常生活服装的江户时代，女性不穿内裤，她们的内裤是「腰卷」，就是缠在腰上的一种裙子。

126 下着 | 下着是直接穿在裸体上的衣服，也就是内衣。日本男人在二次大战前，主流的内裤式样是「裤」(丁字裤)，战后因洋服普及，才逐渐改穿四角裤或三角裤。

120 背広 | 背広就是男士的西服。日本第一家西装裁缝店成立于明治二年(一八六九)，位于东京京桥，店主特地从德国招聘的裁缝师。

112 制服 | 提起日本的校服，某些人很可能受漫画或电视剧影响，脑中立即浮出中学女生穿的「水手服」。事实上，日本全国目前仍有半数以上的国中女生制服是「水手服」。

104 風呂敷 | 風呂敷是一种包裹物品的正方形布，布料是丝绸或棉织品。由于只是一块有花样的布料，而且尺寸大小不一，任何物品都可以包，结法多不胜数。

096 扇子 | 折扇是日本人于八世纪发明的，在平安末期是京都主要出口商品，进口国正是古代中国。中国自日本进口扇子再出口给印度，最终传至欧洲诸国，英文称为 Fan。

088 履物 | 履物顾名思义就是鞋子的总称，但是禁止穿鞋进入之处，例如学校、公司职场、体育馆等必须换穿室内鞋进入的公共场所，则称为「上履」。

082 家纹 | 武士家纹大约兴起于平安时代末期，源、平二氏争权，在战场上为了区别敌我，源氏悬白旗，平氏挂红旗。这习惯一直延续至现代。

078 带 | 带就是腰带的结。今日和服的御太鼓结，是受朝鲜传统服装的宽腰带影响逐渐演化而成。

070 着物 | 着物是日本传统服装，现代一般日本人都只在一生中必定经过的特别仪式中才会穿传统服装，平日都穿「洋服」。

# 住

## 184 卫洗丽

日本的便器(马桶),大概是全球设计得最窝心的;而日本一般家庭的厕所,也很可能是全球最别具一格的。

## 180 音姬

日本的厕所内,道具应有尽有,有一项东西是全球其他国家绝无仅有,那正是「音姬」。这装置一般仅限女生厕所;日本男性也不见得有福享受。

## 176 囲炉里

囲炉里就是没有烟囱的火炉,通常在地板挖个九十公分或一八〇公分的正方形洞窟,里面烧木材或木炭以取暖,是一种日本传统建筑样式。

## 174 汤たんぽ

汤たんぽ就是中国的汤婆子,一种用铜锡制成的扁圆形暖壶,里面装热水,可以放进棉被内取暖。据说中国宋代时便有了,明朝时传入日本。

## 170 炬燵、火燵

炬燵翻成中文就是暖桌。冬天时,窝在暖桌内取暖,边吃橘子、米果边看电视或聊天,是日本人在冬天居家时常见的光景。

## 166 正座

正座(跪坐)的习惯始于室町时代末期,在这之前,男人是盘坐,女人是竖立单膝半跪坐。后来茶道茶室被设计为很小一个房间;盘坐会碰到邻人膝盖,才改为跪坐方式。

## 158 床の間

床の間是设置在和室靠墙约半叠或一叠大小的空间,比和室榻榻米稍微高一点,墙上挂着挂轴,地板摆饰插着当令鲜花的花器,当做一种装饰空间。

## 152 上框

日本住屋通常分三个部分:土间、地板、榻榻米。玄关门一拉开,有个小小瓷砖空间,此空间便是「土间」,访客与主人先在此处寒暄一番,完毕后才脱鞋上「上框」。

## 146 和室

无论宗教建筑或一般住居,日本传统建筑的主要材料是木材、纸。通常房屋离地面二三十公分,地板上铺着「畳」,再用「袱」或「障子」隔间。

# 游

## 258 京都

京都在于千年前名为平安京那时，分为左京（东边）、右京（西边），左京别称洛阳，右京别称长安。这个左京洛阳正是目前的京都市。

## 250 大阪

大阪在江户时代别称「天下的厨房」，全国各地的食品都先海运至大阪，再分散到其他地方，因此大阪人向来是「食い倒れ」族群，为了美食可以倾家荡产。

## 240 日光

日本人口中的「日光」，通常意味「日光东照宫」，是祭祀江户幕府第一代将军德川家康的神社，施工期约为一年又五个月，前后动用了四百五十万人。

## 236 富士山

根据史书文字记载，富士山过去总计喷发了十八次，最后一次是江户时代的「一七〇七年」，据说当时连距离一百公里远的江户也降下十公分厚的火山灰。

## 230 箱根

箱根位于伊豆半岛根部。由于箱根山是三层式火山，形状类似珍藏佛经的箱子，故名为箱根。因在火山地带，有无数温泉，春天可以赏樱，秋天有红叶。

## 222 镰仓

镰仓是源赖朝于十二世纪末设立镰仓幕府时的古都。明治时代，夏目漱石、芥川龙之介、川端康成等作家曾争先恐后置产居住，这些作家在日本统称为「镰仓文士」。

## 216 横滨

横滨在首都圈是仅次于东京二十三区的大都市，位于神奈川县，自从江户时代开港以来，始终是充满国际色彩的都市。

## 190 东京

明治天皇于一八六九年迁都时，特地花了三星期时间，自京都慢条斯理前往江户，目的是接受沿途各地民众的欢迎，也等于是一种宣传秀，毕竟当时没有电视机。









字解日本

食

# 米

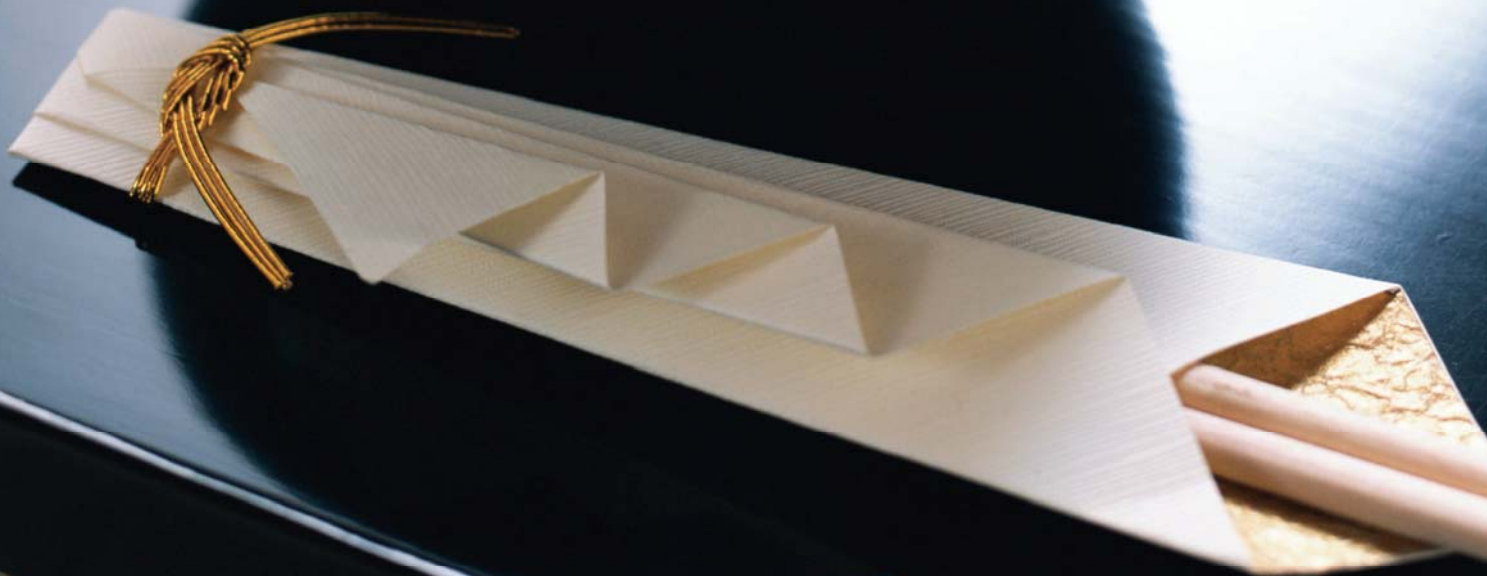
こめ  
Kome

日本是稻米文化,两千年前便以稻米为主食。不但用稻米酿酒、制作「米果」(せんべい / Senbei),也用糯米制作「饼」(もち / Mochi,年糕)、「团子」(だんご / Dango,汤圆)。遇到喜事时吃食「赤饭」(せきはん / Sekihan),供奉神佛时也用「赤饭」。郊游时带「饭团」(おむすび / Omusubi,おにぎり / Onigiri),加上醋就变成「寿司」(すし / Sushi)。收获后的稻草用来做「草鞋」(わらじ / Waraji)、「蓑衣」(みの / Mino)、屋顶,等等。

米果是日本最普遍的糕点,原料是糯米或面粉,大小约七八公分,有方形也有圆形。再涂上酱油或混入芝麻、盐,最后用火烤。米果在江户时代(一六〇三~一八六八)便已普及,种类多得无以数计。

饼是年糕的一种,原料是糯米,将糯米蒸熟后,放在白(うす / Usu)内,用杵(きね / Kine)捣成年糕,切成方形再晒干。日本人在元旦当天通常吃烤饼,用火烤软干饼,直接蘸酱油或裹上「海苔」(のり / Nori,紫菜)吃,要不然便放在「杂煮」(ぞうに / Zo-ni)内。





杂煮是日本元旦料理不可欠缺的一项汤汁，里面放鱼、肉、根菜类，关东人习惯煮成酱油味，关西人则惯常用「味噌」（みそ / Miso, 黄酱）调味。这是一道乡土味很浓的元旦料理，各个家庭味道都不一样。

赤饭是喜事时吃的，本来用红米煮成，后来白米普及，变成在糯米内加入「小豆」（あずき / Azuki, 红豆）煮成红豆饭。现代日本家庭每逢家人有喜事时，例如女儿第一次来潮、孩子的婚礼、亲人生产时，都会煮赤饭以表庆贺。

「おむすび / Omusubi」、「おにぎり / Onigiri」是饭团、握饭，一般都握成三角形或圆形，里面放梅子、烤鱼肉、「鳕子」（たらこ / Tarako, 鳕鱼子），外层用海苔包裹。这是日本人郊游或赏花时最普遍的携带食品之一，相当于西方人的三明治。

寿司是日本料理代表之一，也是握饭的一种，于江户时代完成。寿司种类也很多，有「卷寿司」（まきずし / Makizushi）、「押寿司」（おしずし / Oshizushi）等，最普遍的是在握成长方形的醋饭里加上新鲜鱼肉、贝类。

现代日本人的早餐通常是面包、荷包蛋、咖啡、牛奶、红茶，中午吃面食，晚餐才是米饭。上班族午餐在公司食堂、餐厅内吃，小学生、中学生则在学校吃「给食」（きゅうしょく／Kyu-shoku, 营养午餐），高中生是带「便当」（べんとう／Bento, 盒饭）到学校教室吃，或在学校食堂内吃各种简易午餐、「定食」（ていしょく／Teishoku, 套餐）。晚餐回家吃西洋料理、中华料理、日式料理。



一般家庭餐桌上的菜肴变化多端,并非每天只吃日本料理,大概是中国菜、西洋菜、日本菜三分鼎足吧。某些西洋菜更被同化为日本味,另有许多只能在日本吃得到的洋风料理。至于寿司、天麸罗那类在外国人看来是日本料理代表的饭菜,通常都在外面餐馆吃。



饭团是日本人郊游或赏花时最普遍的携带食品之一