

はじめてでも

楽しめる



澤野ともえ

Tomoe Sawano

# 文化財鑑賞

# きほん帖

へ〜おもしろ〜！

こんな見どころ

知らなかった！



見過ごしては  
モッタイナイ  
これぞ日本美



ただの風景が  
物語に変わる  
審美眼



初心者でも  
社寺巡りが  
すぐに楽しめる

7daysまとめBOOK

# 文化財鑑賞講座 入門

## — 目次 —

1. 「見てるつもり」からの脱却 — “鑑賞眼”の第一歩 — …P 3
2. 「せっかく行ったのに、見てないかも!?’ “見落とされがち”文化財ベスト 3 …P 4
3. 「朱（あか）」か、素木（しらき）か——“色”が語る祈りと美意識 …P 6
4. 「神さまが宿る場所」は、ここ！ …P 8
5. なぜ日本では“靴を脱ぐ”のか？——文化財に見る“床”のこだわり …P 10
6. 「日本建築の“間”が語る」—— 静かなメッセージ …P 11
7. 「スタバと社寺に共通する美意識」とは？ …P 13
8. 文化浴の森をのぞいてみよう！ …P 15

## 1. 「見てるつもり」からの脱却 — “鑑賞眼”の第一歩 —

こんにちは！文化浴の森の澤野友映です。

「神社やお寺に行くのが好き」

そう話してくださる方から、よくお聞きするのが——

「好きだけど、正直…見方がよく分からなくて、写真だけ撮って帰ってくる感じですね」

そんなご経験、あなたにもありませんか？



もちろん、神社やお寺は“見る”ための場所とは限りません。

なんとなく神聖な空気に包まれて、心地よさを感じたり、リセットしたり、手を合わせ、祈ること——それだけで、じゅうぶん意味があります。

けれども——古来より受け継がれてきた建築や美術の鑑賞眼を身につけると、その心地よさや祈りの時間も、ぐっと深まるのです。

日本には、神社が約8万社、お寺が約7万寺あります。

それだけ多くの“祈りの場”が、暮らしのすぐそばにあるのです。

それなのに——よくわかっていない。

「赤く塗る神社と、塗らない神社の違い」「興味深い彫刻文様の意味」「日本にしかない技」…などなど、

文化財には魅力的な物語がたくさん隠されているのです。

見過ごしたまま、通りすぎてはいませんか？  
それはほんとうに、もったいないことです。  
でも、ご安心ください。



文化財の見方は、センスではなく“スキル”ですから、ちょっとした視点を身に付けるだけ

で、誰でも見えてきます。「ただの風景」が、時空を越えた“物語”に変わるのです。ここでは、文化財を“見る目”をやさしく育てる文化財鑑賞講座をお届けします。

気軽に読むことで、気づけば「見る目」が変わっていることでしょう。  
では、どうぞお楽しみください♪

## 2. 「せっかく行ったのに、見てないかも!？」

### “見落とされがち”文化財ベスト3

まずは、「多くの人が通り過ぎてしまうけれど、実はすごく面白い場所」をご紹介します。  
あなたは神社やお寺に行ったとき、どこをじっくり見えていますか？

仏像？庭園？お守り売り場？

それももちろん大切ですが、実は——

多くの人が「見ていない場所」こそ、文化財の宝庫だったりするのです。

その中でも特におすすめの“見落とされがちベスト3”をご紹介します。

#### ①「屋根」——実は“語る傘”

日本建築を語るなら、まずは“屋根”に注目すべし。

「西洋建築の屋根が“帽子”なら、日本の屋根は“傘”」と、谷崎潤一郎は喩えました。西欧建築が、何よりも外壁の堅牢さや窓からの採光を重視するのに対し、降水量の多い日本は、

深い軒を必要としたのです。それゆえに、日本人は、屋内に広がる薄暗い「陰翳」に安らぎと美を見出していく——と。



大きく深い軒。重なり合う檜皮（ひわだ）や瓦の色。

そして、軒先に並ぶ鬼

瓦や軒丸瓦、垂木（たるき）には、その社寺の歴史・格式・祈りの形が刻みこまれています。  
大きいがゆえに風景に溶け込み、つい見落としがち。

でも、実は「その建物が何を守り、どう在ろうとしているのか」が語られているのが屋根なのです。

## ②「妻飾り」——職人の遊び心が光る“顔”



屋根の側面、妻側（＝三角の壁）に装飾があるのをご存じですか？

ここは建物の“顔”。建築装飾のスター的存在が集まります。

懸魚（げぎょ）、虹梁（こうりょう）、臺股（かえるまた）、大瓶束（たいへいづか）…

…

花や小鳥、霊獣などの細かな彫刻が潜み、まるで職人が「ここぞ」と言わんばかりに技と遊び心を込める場所。

一歩引いて上を見上げると、まるで宝探しのようになると次々と発見があります。

## ③「紋をさがせ！」——祈りのカタチを探す旅

境内には、必ずその社寺にゆかりのある紋（もん）が隠れています。軒丸瓦、賽銭箱、石燈籠、のぼり旗——さまざまな場所に、さりげなく刻まれているのです。

その紋が、何を意味し、なぜそこにあるのか。  
気になったら、ぜひ現地の方に尋ねてください。

すると、思いがけず、その土地の歴史や、人とのつながりが見えてくることがあります。

紋は、祈りや願いが凝縮された「象徴」。

暗号のように、文化や物語を読み解く鍵にもなるのです。



文化財は、ただ有名なところへ行くだけでは、つまらない。

“視点”を持つことで、見慣れた場所でさえも語りかけてくる——

それが「鑑賞眼」の醍醐味です。

次、社寺を訪ねる際は、ぜひ屋根や妻飾に目を向けて、しばらく眺めてみてください。今まで見ていなかった日本美が、浮き彫りになってくるはずです。

そして、境内の隅々を見渡して、紋を探してみてくださいね。



### 3. 「朱（あか）」か、素木（しらき）か？

#### “色”が語る祈りと美意識

次に、文化財の「色」に込められた、深い意味を紐解いてみましょう。

では早速、クイズです。

Q：社寺建築には、赤色の顔料である「丹（に）」や「弁柄（べんがら）」が塗られることが多いのですが、それにはどんな意味があるでしょう？

- A. 火災防けの意味がある
- B. 魔除け、清め、神聖の象徴
- C. 赤字覚悟で塗っている



——正解は、B！

実は、すべての神社やお寺が塗装されているわけではありません。

たとえば、春日大社や伏見稲荷大社は鮮やかな丹塗が印象的ですが、伊勢神宮や出雲大社

は素木造（しらきづくり）と呼ばれ、塗装はせずに、木の自然を活かしています。

お寺も同様です。東大寺や薬師寺などは塗られています。禅宗・浄土宗・浄土真宗などの

多くの寺院では、赤く塗らないのが基本です。



赤は、魔除けや浄化、そして神聖性を表す色。

古代中国では皇帝の装束や建築など、重要な場面で使用されてきました。

古代の日本では、建築を赤く塗るという行為は、いわば大陸から伝来した権威や豊かさの象徴でした。



当時、塗料は、製造技術も材料も、とても貴重なものでしたから、海外に日本文化を示す場面では、あえて朱を塗り、華やかさや威厳、文明の高さを示したのです。

それは「我が国も文明国である」というメッセージを込めた“外交的な装い”でもありました。

一方、日本には「木の国」としての美意識がありました。木目や香り、風化の味わいを愛し、自然との調和を大切にする文化です。だからこそ、日本では「塗らない美」もまた、同時に大切にされてきたのです。

色は、単なる装飾ではないんですね。その建物が建てられた時代の思想、政治的背景、宗教観、そして美意識までもが、宿っているのです。

朱色の建物には「開かれた儀式の場」や「権威」が、素木の建物には「自然とともにある祈り」や「静けさ」が込められている――

そんな二面性を上手に共存させてきた建築文化に、日本人の心を俯瞰することができます。そう考えると、見える景色が一変するのです。

ぜひ次に訪れる神社仏閣では、「なぜ、この色なのだろう？」って問いかけてみてください。きっと、時代や土地の“声”があなたに語りかけてくるはずです。

## 4. 「神さまが宿る場所」は、ここ！

またひとつ、文化財を見る視点を深めていきましょう。

Q: 建物の中で、神さまが宿るとされた部位はどこでしょう？

- A. 棟（むね）
- B. 戸（と）
- C. 柱（はしら）

——正解は、「C. 柱」です。



人は一人、二人…犬は一匹、二匹…と数えますよね？神さまは、一柱（ひとはしら）、二柱（ふたはしら）…と数えます。これは、柱が“神の依り代（よりしろ）”であることに由来します。

たとえば伊勢神宮や出雲大社には、「心御柱（しんのみはしら）」という特別な柱が存在します。これは、誰の目にも触れることのない——建物の中心に建てられています。

実はこの柱——構造的には、建物を支える役割はほとんどありません。いわば機能性を超えた存在です。まさに“神が宿る”象徴です。

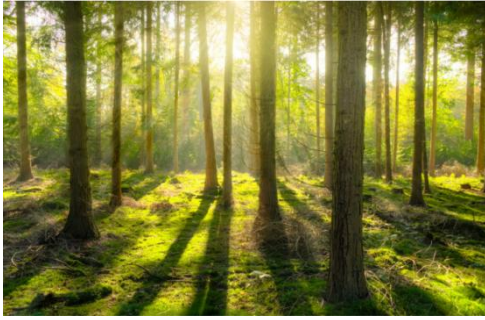
そもそも日本は、古来より、自然そのものを神と見なすアニミズム信仰の文化。山や岩、滝や大木——自然物に限らず、道具や建物など、人工物にも精霊が宿ると信じられ、あらゆるものに神が宿るという考え方があります。

たとえば、針供養や扇塚など、聞いたことありませんか？

使えなくなったらポイッと捨てるのではなく、道具でさえも、きちんとお葬式して埋葬してきたんですね。これがまさしくアニミズム。



そういえば、トイレの神様という歌もありましたね。日本では、玄関や台所の神様など、



各部屋にも“まつり”や“しつらえ”の文化があります。

日本はアニメ大国として世界に知られていますが、アニメもアニミズムと同じ「anima (魂)」というラテン語が語源。日本人らしい感性がアニメの世界に凝縮されているんです。

なかでも、樹木はご神木として尊ばれたことから、柱は建物の中で、ご神木のような存在として、特別視されてきました。

ところで、柱には「丸柱」と「角柱」があるのをご存知ですか？実は、丸柱の方が格上とされています。なぜなら「円」は完全性の象徴であり、仏教や神道でも神聖な形。

また、丸柱をつくるには一旦、角柱を作ってから、丸に成形していくので、高い技術と手間と材料が必要です。

一方の角柱は丸柱に比べて格下といえど、角を面取る仕上げによって美しく仕上げられているものも。次に社寺を訪ねたときは、ぜひ、柱に目を向けてみてください。



同じ建物でも、神さまや仏さまに近い場所ほど丸柱になっているのわかります。

そして、柱だけでなく——あらゆる場に「いのち」が宿ると感じる、アニミズムの感性を、今一度、大切にしていきませんか。



## 5. なぜ日本では“靴を脱ぐ”のか？

### 文化財に見る“床”のこだわり

今回は「足元」に注目をしてみましょう。

Q：日本の住宅は、なぜ靴を脱いで中に入るのでしょうか？

この習慣、実は何気ないようで、とても奥深い文化的背景があるのです。東アジアの一部、韓国やインドなどにも同様の風習はありますが、日本ではそれが日常の暮らしに深く浸透しているのが大きな特徴です。



その理由の一つが、日本の気候と建築様式にあります。日本は、雨が多く湿度も高い温帯モンスーン気候。この環境では、地面に直接床を設けると、木が腐ってしまいます。体調も悪くなります。そこで発展したのが、床を地面から浮かせた“高床式”建築。

この「高床」が、やがて“土足厳禁＝靴を脱ぐ文化”の基本となっていくのです。

日本は中国に倣って木造建築を築き上げてきましたが、床に関してはこだわりを見せています。中国では、建物の下に石造りの「基壇（きだん）」を設け、その上に、靴のまま上がる様式が主流です。



一方、日本では木の床を張る文化が発展。縁の下には漆喰などで塗り固めた“亀腹（かめばら）”と呼ばれる化粧曲線をつけて、建物の足元を美しく整えました。

さらに日本では、床に対する感性も独特です。



“奥ゆかしさ”という言葉は、「床」が語源ともいわれます。

古くは「床（ゆか）」は、「床につく」という言葉が示すように、休むところであると同時に、「斎処（ゆか）」、つまり清浄な儀式の場でした。

それは、特別な身分の家にあるもの。貴族たちの住ま

いだった「寝殿造（しんでんづくり）」の名の由来でもあります。また、床があることは「奥ゆかしく」、床に上がることは、特別な場所に入ること、すなわち「殿上人（てんじょうびと）」を意味します。

そしてもう一つ、日本独特の床の文化として、「畳（たたみ）」があります。

もともとは高貴な方の寝具として敷くものだった畳は、高貴な方の鎮座する玉座となり、次第に部屋全体に敷き詰めるようになり、日本独特の感触、香り、機能的空間を形づくってきたのですね。



木の香り、畳の柔らかさ——これらが足裏から伝わってくる感覚もまた、文化財を“体感する”鑑賞の入り口です。

文化財を訪ねるときには、ぜひ「高床式」「畳」といった足元の設えにも注目してみてください。

畳とはいっても、今は畳もどきが主流で、“ほんもの”の畳は風前の灯火です。文化財の畳は表も中身も、ほんものを使います。それゆえ、長持ちするばかりでなく、足裏から伝わるその感触は夏に涼しく、冬は暖かい。正座をしても、足がしびれにくいのです。

床から見えてくるものは、その土地の気候、暮らし、精神性にまで広がっていきます。

## 6. 「日本建築の“間”が語る」—— 静かなメッセージ

この章では、日本のインテリアで見過ごされがちな“名脇役”にスポットを当てましょう。

Q：天井と襖や障子の間にある、彫刻などの入った板「欄間（らんま）」には、どんな役割があるでしょう？

- A.換気
- B.採光
- C.装飾



→正解は「全部」です！

欄間とは、天井と鴨居の間にある開口部に設けられた“明かり取り”や“換気”のための空間装飾のこと。いわばインテリアの“余白”。しかし、この小さな空間には——驚くほど緻密な彫刻や物語、遊び心が詰まっていることも。

たとえば、透かし彫りの欄間には、松竹梅、鶴亀、龍、花鳥風月など、縁起のよいモチーフが繊細に彫り込まれていたり、あるいは、神話や昔話が“絵巻物”のように表現されていたりもします。意外とさり気なく、当主のメッセージやセンスが込められていることもあるのです。



これは、仏教寺院にみられる、「迦陵頻伽（かりょうびんが）」という極楽に住む半人半鳥の美しい天女楽団です。たおやかに舞い、たおやかに奏で、訪れる人に“ここはこの世とあの世のはざま”——と、天上の調べをそっと届けてくれています。

その姿は、ただ楽器を奏でるだけでなく、世界の苦しみを癒すような、慈しみに満ちた音色を奏でているように感じます。

また、民家や商家では、地元の風物や祭り、あるいはその家の“生業”に関する図柄が使われることも。つまり、その家の“アイデンティティ”を語る名刺のような存在でもあるのです。



そしてもうひとつ。欄間には、“空気の通り道”という実用的な意味もあります。

風通しを良くし、光を取り入れながら、空間をゆるやかにつなげる——障子欄間は屋外の光や水の動きを、まるで影絵のようにやわらかく演出することもある。



「機能美」と「物語」が共存する、日本建築らしい美意識が宿っているのです。静かに語りかけてくる欄間の美。そこには、かつてその場を訪れた人々の、光や気が、今も流れているかもしれません。

次に古いお寺や町家を訪れたら、ちょっと立ち止まって、欄間を見上げてみてください。その“間”に込められた静かな對話に気づくはずです。

## 7. 「スタバと社寺に共通する美意識」とは？

いよいよ文化財を見る「目」が育ってきた頃でしょうか？

今回は、ちょっと意外な比較から、建築美の本質を紐解きます。

突然ですが——「スターバックスと神社の共通点」って、何だと思いますか？

「カフェと神社…？日常を離れる場所？」

確かに…なかなか良い線いってます（笑）

共通する“ある視点”に気づくと、建築を見る目がぐっと深まるのです。



答えは「導線（どうせん）」。

つまり、お客さん（参拝者）をどう迎え入れ、どこへ導くかという動線設計です。

たとえば、スタバの入口。ドアを開けた瞬間に、目線の先にカウンターが現れる。

これは、お客さんが迷わないように、「ここで注文するんだ」と直感的に分かるように考えられた、“空間の演出”と“意識の誘導”の成せる業。

数あるカフェの中でも、スターバックスは“日常と非日常のあいだ”を丁寧に演出する、現代の癒し空間です。

- ・ほの暗い照明
- ・落ち着いた音楽
- ・焙煎の香りに包まれる演出
- ・自然と足が止まるメニュー…

「一人になる」「気持ちを切り替える」そんな場として、心理的な導線を大切にしています。

実は、神社やお寺にも、まったく同じような心を整えるための空間設計がされています。



たとえば、神社の鳥居から拝殿へと続く参道。参道は「産道」と説かれることもあります。

まるでお母さんの胎内へ戻るように産道を進み、すべてのしがらみを解き放ち、まっさらな心で神仏のもとで祈り、再び産道から、この世に生まれ戻る設計です。

この世には社寺の数だけ参道があり、その数だけ生まれ変わる。

人生やり直せるんだ。

そんな気持ちで参道を歩くようになると、参道の設計や演出に感動することもしばしば。気づけば参道マニアになっていました（笑）



また、その導線は、本来、まっすぐ南から北向きに伸びているものでした。それは、「天子南面す」という古代中国の思想を受け継いでいます。

つまり、神聖な存在は南からの光を浴びて、北に鎮座するという空間の理。

参道は単なる“道”ではなく、心を整えるプロセスとして計算されているのです。

ですから、社寺へお参りする場合は、正門から入ると、いちばん映える設計になっています。

空間によって、人の意識を切り替える——



それは現代建築や商業空間にも脈々と息づく美意識です。次に神社やスタバを訪れたときは、「どこへ導かれているのか？」を、意識してみてください。

きっと空間が語り出しますよ。

さて、『文化財鑑賞講座 入門』いかがでしたか？  
文化財を見る視点が少し変わったと、感じていただけていれば嬉しいです。



## 文化財を「見る」から「味わう」へ。

文化財の世界へ、一歩踏み出してみませんか？

ちょっと気になる、文化財って面白そう——

そんなあなたの“知りたい！”を応援します。

### ◆ 味わえる旅人認定講座

文化財を「見る」から「味わう」へ。

その第一歩となる講座です。

▶ [詳しくはこちら](#)

### ◆ 文化財鑑賞力講座

もっと深く文化財を味わいたい方へ。

かたち・わざ・ところを学び、文化財を味わう審美眼を育てる講座です。

▶ [詳しくはこちら](#)

### ◆ 文化財ストーリーテラー養成講座

文化財の魅力を、自分の言葉で伝える担い手へ。

学びを社会に還元する、実践型の養成講座です。

▶ [詳しくはこちら](#)

### 【問い合わせ】

ご不明な点がございましたら、下記までお問い合わせください。

▶ [お問合せはこちら](#)

【発行元】 一般社団法人 文化浴の森

© 2026 一般社団法人文化浴の森

本冊子の著作権は文化浴の森に帰属します。無断転載・複製を禁じます。

