

## 人前で靴やブーツを脱ぐときのお作法

上司のお供でお得意先とのお座敷に同席をしなければならないときや  
目上のかたのご自宅に訪問する際などのあらたまってお席の心がけとし  
て

玄関先での身ごなしに自信ありますか？

美しく見えても、無礼者ではいけません

「美しさ」は「身のこなし」を含めての「美しさ」です。

今日は意外と知らなかった玄関先での身のこなし、  
靴を脱ぐ、履く、をテーマにしました。

私達日本人にとって人前で靴を脱ぐのは日常茶飯事ですが、  
靴の脱ぎ方ひとつにも合理的で美しい作法があります。

どんなに美しく上品なしぐさでも、気配りがなければ周囲を不快にするだけですし、滑稽に見えることさえありますね。

そこで、やり方だけにとどまらず“なぜそうするのか”という道理を理解しておきましょう。

状況に応じて臨機応変に振舞えるようになりますよ。

## 靴の脱ぎ方

わかりやすいよう靴の向きを船にたとえて、つま先が上がり口向きなら「入船」、戸口向きなら「出船」としてご説明します。

最終的に脱いだ靴がきちんと出船に揃えられていることが前提ですが、これは見た目の美しさと履きやすさを考えてのこと。

いざというときに脱げやすい武士道の名残でもあります。

ではどうやって脱げばいいのでしょうか？

実は幾つかの方法があります。

【後ろを向いて出船に脱ぐ】は×



後ろを向いて出船に脱げば、揃えなおす手間もかからず合理的！

しかしこれでは家人にお尻(背中)を向けることになり無礼です。

【前を向いて入船に脱ぎ 出船に揃える】は



前を向いたまま入船に脱ぎ、出船に揃えるのが正しい作法。

揃える時も相手にお尻を向けないように気をつけて、家人と反対側に少し斜めに屈むのがポイントです！

女性の方は膝をつく美しいしぐさになります。

【カップルの場合】



先に男性が入船で上がり、次に女性がふたり分の靴を出船に揃えると、大人のたしなみを感じさせます(もちろん、状況によりますが)。

### 【小上がりの場合】



お店の小上がりなど上がり框(かまち)の高いところなら、後ろを向いて出船に脱いでも構いません。

揃えるために小上がりの上で屈むとお尻を突き出す格好になり、そのほうが下品になるからです。

### 【下足番がいる場合】

下足番のいるお店では、入船に脱いだあとはお任せして構いませんが、「ありがとう」「宜しくお願いいたします」など一言添えてくださいね。

## 脱いだ靴の置き方



真ん中は特等席。訪問先で自分の靴を真ん中に置いては、慎みを感じられませんね。

家人はお客様を丁重に扱ってくださいますが、客の立場では家人を敬う態度を忘れずに！

脱いだ靴は、家人から遠いほう(下座側、またはシューズボックス側)の端に寄せて置きましょう。

## 靴の履き方



下座側に揃えて置いた靴も、帰る頃には家人が真ん中に移動して下さるはず。

家人を尊重する意味で真ん中を避け、少し下座側に寄せてから履くのが礼儀です。

この時も、なるべく家人にお尻を向けないよう配慮してくださいね。

しかし、いつもそのほうがいいとは限りません。

例えば、家人が気を利かせて左右の靴に隙間をあけて配置してくださったのなら、その意を汲んでそのまま履いたほうがいいでしょう。

複数で帰る場合にも、後の方を余計に待たせぬよう、「お先に」と声をかけてさっと履いたほうが気が利いています。

## ブーツの脱ぎ方と置き方

ファスナー付きのロングブーツ、脱ぎにくいですね。

脱ぎ方を間違えると不恰好ですし、もたもたしていると周囲を待たせるばかり.....履いて来るんじゃないかと後悔しないためにも上手く脱ぐコツを覚えておきましょう。

### 【ファスナーの下ろし方】



一般的にファスナーは内側についています。

少し前屈みになり(髪が顔にかかってしまう方は耳にかけてくださいね)、右足の場合はかかとを上げて右手を添え、左手でファスナーを下ろします。左足の場合はその逆です。

### 【脱ぎ方】



前屈みのまま脱ぐとガニ股になってしまうのでNG。

脱ぐほうの足を後ろに曲げ、同じほうの手(右足なら右手)でかかとを持ち、足は動かさずブーツだけを引ながら脱ぎます。

このとき、後方に振り返りながら脱ぐと美しく見えます。

### 【置き方】



出船に揃え、邪魔にならないようなるべく下座側に置きます。

そのままだと広がってしまい見苦しい場合は、ファスナーを少し閉め、

左右を重ねてふたつ折りにして置きましょう。

< 配慮 > 脱ぎ始める前に、後ろに人がいないことを確認しましょう。

周囲の邪魔になっていると思うと、焦ってうまくいきません。

慌てて雑にするよりも、きちんと丁寧に。

周囲の方を待たせてしまった場合には、一言お詫びの言葉をかけましょう。

また、手がつけるような場所なら片足立ちでバランスを崩しても安心。

椅子があれば座って脱ぎましょう。

### 【ブーツの履き方】



まずは、周囲の方の邪魔にならないよう注意します。

ブーツにそれぞれの足を入れ、少し前屈みになって右足の場合はかかとを上げて右手を添え、

左手でファスナーを上げます。

左足の場合はその逆です。手をつける場所や椅子があればそこに移動したほうが安心です。

こうしてみると、靴の脱ぎ履きひとつにも、周囲に対する気遣いがあるの  
ているのがわかります。

また、一連の動きがスムーズにできると実にスマート。

本当の美しさは、小手先のしぐさではなくこころを伴う振舞いに宿るので  
した。