



1章

花のある家、花のある人

はじめに

2

花束をもらえる女性になるには？

.....

12

家族の中心に花がある

.....

16

花が咲くまで、枯れるまで

.....

22

おもてなしの心

.....

26



2章

花と日本人の関わり

平安時代の花との関わり方	32
室町時代、生け花の成立	36
江戸、華道の発展	40
明治以降、男性の嗜みから女性の嗜みへ	44
現代、芸術性の高まり	48



3章

生け花と日本人の美意識

自然を家の中に再構成するということ	54
左右非対称	58
空間美	64
最小限で美を引き出す — 引き算の生け花と足し算のフラワーデザイン	70
枝の重要性	74
季節感を楽しむ	78



4章

生け花で養える力とは？

花瓶の生け方は生け花で学ぶ！	84
観察力 — 花を観察することから始まる	86
表現力 — 美しさを引き出す技術	94
応用力 — 場に生ける	100
発想力 — 分解して再構成	104
集中力 — 集中しなければ見えてこない	108
色彩感覚 — 色の配置で印象が変わる	112



5章

ブレない自分の育て方

1つの軸を育てよう

.....

ローマは一日にして成らず

.....

120 116

おわりに
参考文献

126 124