筷子家族

筷子是我們每天都會用到的餐具，你知道筷子是在何時發明？有哪些種類？又該如何正確握筷呢？讓我們一起來認識它、使用它，相信你也可以成為筷子高手喔！

起源

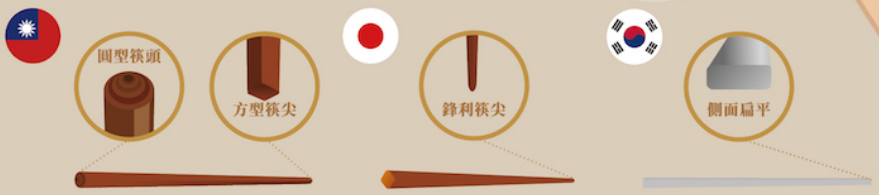
傳說大禹是歷史上使用筷子的第一人。大禹治水時都在野外用餐，因為時間緊迫，為了趕緊吃完繼續工作，就折樹枝來夾取滾燙食物。大家發現這樣不會燙手，又不會沾染衣物，也開始仿效，因而成為筷箸的雛形。

材質

筷子除了可以夾起食物，還能撥、挑、扒、剝、戳、撕，可說是最厲害的夾菜吃飯小幫手！材質上，除了最早的竹筷、木筷，也有金屬筷、象牙筷、玉筷、珊瑚筷等。因為銀碰到砒霜會變黑，古人還會用銀筷來試毒喔。

筷子

各國差異



由竹、木製成，且長而厚重，因為桌菜大多放在中央、距離較遠，使用長筷才好夾取。外型也以上圓下方為主，意味著中華民族「天圓地方」的世界觀。

多由竹、木製成，長度較短，因為日本人用餐時以個人菜餚為主，飯菜會放得比較近。筷尖鋒利，方便吃魚時剔除刺。

筷子多為金屬材質，外觀扁平，除了能夾起豆子，還可用來切開泡菜。扁筷不易滾動，適合韓國人用餐時，方便搬移的習慣。

為什麼要提倡使用環保筷呢？

免洗筷除了會對環境造成傷害，在製作的過程中，常會添加化學藥劑來漂白與防止發霉、腐爛，長期使用可能影響健康。因此為了環保與健康，外出一定要養成自備環保餐具的好習慣。

送禮選筷子，是什麼道理呢？

很多人喜歡拿筷子當禮物，尤其是送給新婚夫婦，有著成雙成對、永不分離的意思，且筷子音同「快子」，有著「早生貴子」之意。另外，對於搬新家的朋友，則有快樂起家、吃食無虞的意涵。

筷子禮儀

1. 筷子只做夾菜、進食用，若要做其他手部動作時，請先放下筷子。
2. 將筷子插入飯中，是古時祭祀的做法，若要放下筷子，請放在飯碗右側，並且併攏、對齊。
3. 取菜時，先瞄準再夾取，不要翻攪食物。
4. 與大家一起用餐時使用公筷，注重衛生可保健康。

澧食公益飲食文化教育基金會
www.fullfoods.org