

## 神棚とお神札

お神札を受けたら、目線より高い位置で、南または東向きの明るい場所におまつりしましょう。お神札があれば、神社で神さまをおまいりするのと同じように、家庭でも感謝したり、お祈りしたりすることができます。

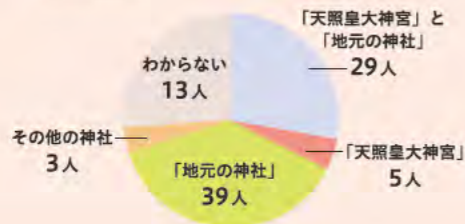


### みんなに聞いてみました!

自宅に神棚を置き、お神札をおまつりしている?(有効回答数165)



どのようなお神札をおまつりしている?(有効回答数89)



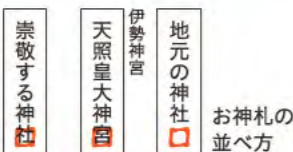
お神札はどのように入手している?(有効回答数89で複数回答可)



一社造り  
コンパクトな神棚。  
お神札を重ねて  
おまつりできます。



三社造り



## お神札のマナー

### おまつりすべきお神札は?

伊勢神宮のお神札「天照皇大神宮」と、地元の神社のお神札、個人的に崇敬する神社のお神札をおまつりします。「天照皇大神宮」のお神札は必須です。

### お神札の並びは決まっている?

大きなお力を宿す日本人の総氏神さま「天照皇大神宮」は中心におまつりします。重ねておまつりする場合は「天照皇大神宮」が手前で後ろに地元の神社、崇敬する神社となります。

### お神札とは?

神社の神さまのお力が宿るのがお神札です。米や酒、塩、水などをお供えし、左右に神を立てるのが一般的です。まずはお神札をおまつりしましょう。

### お神札の期限は1年間?

神さまが新たなお力で守ってくださるよう、お神札は毎年取り替えて新年を迎えます。「天照皇大神宮」は地元の神社でも受けることができます。古いお神札は感謝の気持ちを込めて神社へ納めます。

### 神棚がない場合は?

タンスや本棚の上、棚飾りなど部屋の高い位置に白い紙を敷いてお神札をおまつりする方法もあります。形にこだわらずにできることから始めてみましょう。ちなみに神棚は神具店・ホームセンターで購入できます。近年では伝統的な宮形だけでなく、現代風のデザインのものも多くなりました。住まいに合わせて選んでみましょう。



# 幸せを招くお正月の迎え方

1年を幸せに過ごすための正しいお正月の迎え方を、神主さんに教えていただきました! はぴママ読者アンケート結果も参考に、幸せな1年を迎える準備をしてみませんか?

アンケート結果は、読者アンケート・はぴママサポーターの協力を得て、子育て中のママ&パパから回答をいただいたものです。ご協力くださった皆さん、ありがとうございました。取材協力: 富山県神社庁

### そもそもお正月って?

元旦には、「年神さま」という新年の神さまが1年の幸福をもたらすためにやってくると思われています。お正月とは、家々に「年神さま」をお招きし、その年の幸せを授けていただくよう、心を込めておもてなしする大切な時期です。

## まずはお家をお掃除! お正月飾りをし、神棚を整えよう

12月中旬から下旬にかけて家をきれいに掃除します。神さまが降り立つ目印としてお正月飾りをし、神さまをおまつりする神棚を整えましょう。近年では、実家や会社には神棚があるけど、自宅に設置していないという人も多いのでは? まずは自宅でもできることから始めて、神さまをお迎えしましょう!

### みんなに聞いてみました!

去年は正月飾りを準備しましたか?(有効回答数57)



## お正月飾り

お正月飾りは、遅くとも12月28日までには準備を整えましょう! 門松や玄関のしめ飾りなどは、12月28日までを目安に飾ります。29日は「二重苦」に通じるため、また大みそかは「一夜飾り」となるため避けるのが良いでしょう。神棚のお神札も28日までには取り替えておきましょう。



天神様

富山県ではお正月に学問の神さま菅原道真公をおまつりします。掛け軸や木彫りを床の間に飾り、鏡餅やお神酒などをお供えします。お飾りする期間は12月25日~1月25日です。



門松

年神さまが降りてこられる際の目印として、玄関の両脇に立てます。古来、神さまは緑豊かな常緑樹に宿るとされ、その代表である「松」を用いられるようになりました。



鏡餅

家にお迎えした年神さまへのお供え物で、年神さまが宿る神聖な餅。1月11日の「鏡開き」に下げ、雑煮やおしるこにして食べて神さまのお力をいただきます。



しめ飾り・しめ縄

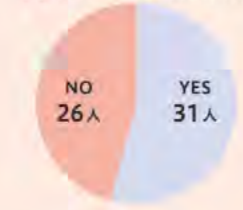
年神さまをお招きするために大掃除を終えた「清浄な家」であることとしるしとして玄関に飾ります。神棚の「しめ縄」も毎年、新しく取り替えます。

みんなに聞いてみました!

厄年 Episode

- 毎年、初詣のときは祈禱をしています。祈禱してもらった方がありがたい気持ちになります。(もーさん)
- 厄年は前厄後厄も含め必ず厄祓いしています。後から何かあって後悔したくないので。おかげさまで今日まで無事に過ごせております。(まおのじょう)
- 子どもがなかなか授かれなかったので、何カ所も神社等を巡って、厄祓いもしてもらいました。そのあとすぐに第一子を授かりました。(shino)

厄祓いをしたことがある、もしくはする予定はありますか? (有効回答数57)



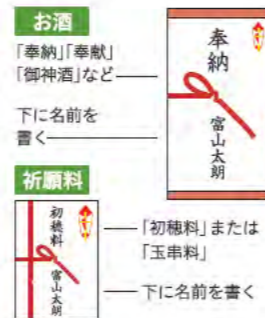
人生の節目の神事

社会・生活・環境の変わり目に、体調不良が重なりやすいと言われるのが「厄年」です。ご祈願を受けて、心身の健康をお祈りしましょう。また、子どもの誕生や成長をお祝いする「初宮まいり」や「七五三」、成人式、結婚式、安産祈願など、人が生まれ、一生の間に行う人生の節目には神社で祈願を受けるのが伝統です。

ご祈願を受ける際の準備は?

持参品と身だしなみ

参拝予約や持参品は神社により異なるので、事前に調べたり問い合わせたりしましょう(初穂料とお供えのお神酒(清め酒・祝い酒)・鏡餅など)。ご祈願の際は、神さまへのこれまでの感謝とこれからのことを祈るため、上着や襟がある服装で、ジーンズなどの軽装は避けます。卒入園・卒入学式の服装を参考イメージに!



厄祓い・身祝いのご祈願を受ける時期は?

正月から節分までが基本

一般的には1月1日~2月3日の間に神社で厄祓いを受けますが、地域性によって異なります。「三密」を避け、おまいりしやすい季節にしても良いでしょう。厄年間は普段以上に心身の健康を気かけましょう。

妊娠・出産時の厄年のご祈願は必要?

“厄=マイナスイメージ”ですが、“お母さん”という“役”が新たに加わる年となります。安産祈願のときに併せて厄祓いもできますのでお祓いをしていただき「良い役」にしましょう! 出産が厄落としになるなども聞きますがご祈願は受けましょう。

子どもを連れてご祈願しても大丈夫?

神さまに見守られ、家族全体で厄年を乗り越えるためには家族そろってのおまいりが理想です。神さまは小さなお子さんの泣き声にも寛容なのでご安心を。途中でそっと外に出て気分転換をしても大丈夫です!

お正月飾りは「松の内」(1月1日~7日)は飾っておきましょう。その後は「鏡開き」(1月11日)、「左義長」・「小正月」(1月15日)を目安に取り外し、鏡餅は鏡開きを行って食べます。お正月飾りや1年間おまつりしたお神札やお守り、しめ飾り、破魔矢・熊手などの縁起物は感謝を込めて神社にお納めし、左義長の日に清浄な火でお焚き上げします。地域によって行われる日が異なったり、お焚き上げできないものがあったりするので、地元の神社にお問い合わせください。

新しい年の最初は神棚におまいりから! 節目の行事を意識しよう

年の初め、元旦に「家の神棚」におまいりすることが最初の初詣となります。家族そろっておまいりし、1年の幸せを祈りましょう。神社への初詣のあとには鏡開きや左義長などが続きます。お正月の行事を通して気持ちを新たに1年をスタートさせましょう。



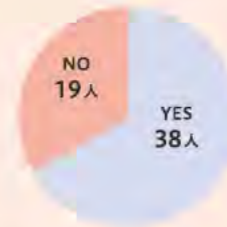
初詣はできれば、三が日の間に、遅くとも小正月(1月15日)までにおまいりしましょう。普段なかなか参拝できない人も、神さまへの感謝とこれからの健康や幸福を祈願するのが大切です。まずは私たちの守り神である氏神さま・地元神社へ参拝に行きましょう。

みんなに聞いてみました!

初詣 Episode

- 初詣は元旦にこだわらず、都合の良い日に行きました。(マロン)
- コロナ禍だったので、人が少ない地域の神社で初詣しました。(しーちゃん)
- コロナ禍だったのでうちの神棚に向かって、ご挨拶しました!(ゆーはー)
- お正月は臘月で雪もひどかったのでうちでひっそりと、上の子とババだけ初詣に行きました。(みーちゃん)
- 近くの神社まで歩いて参拝に行くのが毎年の習慣です。(かまぼこ)
- 夫の実家の近くの小さな神社にのみ行きました。(めるま)

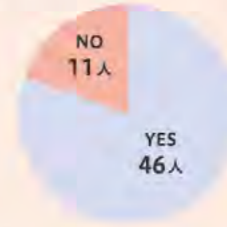
今年初詣に行きましたか? (有効回答数57)



おみくじ Episode

- 子どもたちは自分のお小遣いで引くのを楽しみにしています。(あずさ)
- 凶を引いたことがあります。本当に入っているんだ...とびっくりしました(笑)。(なつゆうママ)
- おみくじの結果が良かったものは持ち帰り、結果の悪かったものは結んできません。(てるてる)
- 今年は子どもたちも皆大吉が引きました!(ことそうママ)
- 息子がおみくじの意味がわかるようになったらおみくじを引かせたいです。(けい)

初詣に行った際、おみくじは引きますか? (有効回答数57)



みんなに聞いてみました!

氏神さまがどこか知っていますか? (有効回答数165)



自分の氏神さまはどこかな?

スマートフォンでの検索や右のQRコードを読み取って自分の氏神さまを確認してみましょう。



富山県神社庁 氏神神社 検索



神社参拝のマナー

二礼二拍手一礼

神さまを敬う気持ちを込めて行いましょう。

- 1 2回深く頭を下げます。
- 2 ゆっくりと2回、パンパンと音を出し、手を打ちます。
- 3 もう一回、深い礼をします。



参拝前にお清め

参拝の前に手水で両手と口を清め、澄んだ気持ちでおまいりします。現在はひしゃくを撤去するなど各神社で感染予防対策がとられているので、ルールに沿って気持ちを清めておまいりしましょう。

お賽銭は神さまへのお礼

日頃のお礼をする感謝の気持ちで賽銭箱に納めましょう。



真ん中は神さまの道

参道は神社の入り口である鳥居から始まります。参道では走ったりはしゃいだりしないようにしましょう。参道の真ん中(=正中)は神さまが通る道なので、鳥居や参道は、端を通るようにします。



お正月飾りや古いお神札・お守りは感謝を込めて納めよう