

神社にも おまいりしよう

Q 初詣はいつまでに行くのがいいの？

A 家の神棚は元日に、地域の神社〔氏神さま〕へは三ヶ日、遅くとも小正月(1月15日)までが目安です。

Q 人生儀礼って？

A 人生の節目の大切なおまつりです。

人が生まれ、一生の間に訪れる人生の節目に行う大切な神事のことです。初宮参りからはじまり、七五三、合格祈願、厄年、成人式、結婚式、安産祈願、還暦や古稀などの長寿の祝いまで多数あります。

令和8年
厄年表(数え年) 数え年とは生まれた年を「1歳」とし、お正月を迎えるたびに、1つずつ年齢を重ねる伝統的な数え方です。

男性	前厄	本厄	後厄
	24歳 平成15年生・未	25歳 平成14年生・午	26歳 平成13年生・巳
	41歳 昭和61年生・寅	42歳 昭和60年生・丑	43歳 昭和59年生・子
女性	60歳 昭和42年生・未	61歳 昭和41年生・午	62歳 昭和40年生・巳
	前厄	本厄	後厄
	18歳 平成21年生・丑	19歳 平成20年生・子	20歳 平成19年生・亥
女性	32歳 平成7年生・亥	33歳 平成6年生・戌	34歳 平成5年生・酉
	36歳 平成3年生・未	37歳 平成2年生・午	38歳 昭和64年/平成元年生・巳

後厄の翌年は無事に過ごせたことに感謝して「厄明け御礼」のお参りをします。

年祝い(男女共・数え年)

還暦(61歳)	昭和41年生・午	米寿(88歳)	昭和14年生・卯
古稀(70歳)	昭和32年生・酉	卒寿(90歳)	昭和12年生・丑
喜寿(77歳)	昭和25年生・寅	白寿(99歳)	昭和3年生・辰
傘寿(80歳)	昭和22年生・亥	上寿(100歳)	昭和2年生・卯

七五三

年齢	数え年	満年齢
7歳 女	令和2年生・子	平成31年/令和元年生・亥
5歳 男	令和4年生・寅	令和3年生・丑
3歳 男女	令和6年生・辰	令和5年生・卯

神社は、身体やくの“厄”を祓うとともに、心身の環境も整える場所です。お正月をはじめ季節や人生の節目にはお参りし、神さまに守られ、導かれていることへの感謝やこれからの健康などをお祈りするのが伝統です。

Q 厄祓・年祝いの
ご祈願を受ける時期は？

A 正月から節分が目安です。

社会・生活環境の変わり目でもあり、体調不良が重なりやすいと言われる厄年。一般的には1月1日～2月4日の間に神社で厄祓いを受けますが、地域によりますし、お参りしやすい季節に家族で出かけても良いでしょう。厄年期間は普段以上に心身の健康にご留意を！

Q ご祈願を受ける際に
準備するものは？

A 祈願料とお酒等が必要です。

参拝予約や持参品は神社により異なりますので、事前にお問い合わせください。〔初穂料とお供えのお神酒(清め・祝いの意味として)・鏡餅等〕

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しょう。

Q 祈願料の「のし袋」
お酒の「のし紙」の書き方は？

A 祈願料は「初穂料」または「玉串料」、お酒は「奉納」「奉献」「献酒」等です。下には名前を書きます。



その他色々ご祈願については、地元の神社の神主さんに直接、お気軽にお問い合わせください。
写真やイラストはイメージで一例です。

発行／富山県神社庁

鏡餅

家にお迎えした年神さまへのお供え物で、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。

神主さんに聞いた

幸せを招く

お正月の迎え方

正しいお正月の迎え方を知って
1年を幸せに過ごしましょう

注連飾り・

注連縄〔しめ縄〕

年神さまをお招きするために大掃除を終え、“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。

天神様

富山県ではお正月(12月25日～1月25日)に学問の神さまである菅原道真公をおまつりします。

年神さまを歓迎するため、 まずはお正月飾りの準備を！

“年神さま”とは、新たな一年を生きる力と恵み・幸福をお授けくださる神さまです。自然をはじめ暮らしのあらゆるところに神さまがお宿りになり、人々をお守りくださっています。「八百万」の神さまがいらっしゃる日本。八百万とは「無数の」という意味です。ひとつひとつのお正月飾りの意味を知り、神さまをお迎えする準備を整え幸せを招きましょう。

令和8年の
干支は午

初詣は家の神棚から!! お神札を新しく取り替えて神様にごあいさつ

“初詣”とは一年のはじまりの神さまへのごあいさつです。
お正月がくる前に家の内外をきれいにして、年神さまをお迎えする準備を整え運気を良くします。元日の「初詣」は「家の神棚」にお参りするところから始めます。

お正月を迎える準備はOK?
神棚をチェックしよう

- ✓神棚の掃除
- ✓お神札の取り替え
- ✓お正月飾りの準備

おうちにまだ神棚がない人は…?

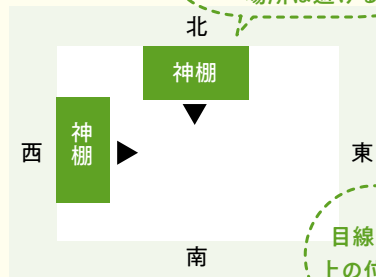
神棚を家におまつりしてみよう

1

自宅で神棚をまつる場所を決める

リビングなど、家族が集まる明るく綺麗な部屋の高いところにおまつりしましょう。理想的な方角は南向きまたは東向きですが、家の造りもあるので、こだわり過ぎる必要はありません。神さまへの敬意をもって今できるカタチでおまつりしましょう。

扉の前などおちつかない場所を避ける



目線より上の位置で

2

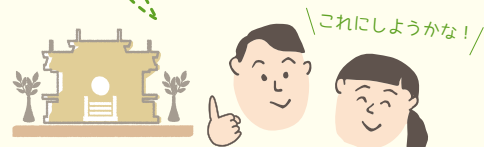
お神札をおまつりする神棚を選ぼう

神棚は神社の建物を小さくした宮型、壁掛け式や洋室向けなど種類も多彩。好みに合わせて大きさやデザインを選んでOKです。ホームセンター・神具店などで、暮らしにあったものをお選びください。神社でもご案内できますので、お気軽にお問い合わせください。



現代の生活に馴染むデザインの神棚
画像提供：神棚の里 静岡木工

タンスや本棚の上、棚やサイドボード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。



3

神主さんに連絡してお神札を準備しよう

氏神社の神主にお神札をお求めの旨を電話にてご連絡ください。お住まいの氏神さまのお神札をご準備いたします。



家を構える時に地鎮祭をした神主さんに相談して設置するなど、若い世帯にも神棚を置いているご家庭が増えています

氏神さまってどんな神さま?

氏神さまとはあなたが暮らす町や地域に鎮座している神社のことです。おまつりする神さまが異なるので神社名もさまざま。氏神さまが鎮座している地域や町の人々にとって「身近な守り神」ということになります。

ネット検索や二次元コードで自分の氏神さまを確認!

富山県神社庁 氏神神社



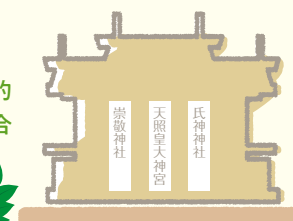
4

お神札をおまつりしよう

お神札は1体1,000円程度。1年毎に新しいものと交換します

神社で受けたお神札を用意した神棚に納めます。お供えをする場合は毎日交換するのが望ましいですが、難しい場合は月のはじめや、1日と15日の月2回など、無理のない範囲で構いません。

お神札をまつる際は、米や酒、塩、水などをお供えし、左右に榊を立てるのが一般的ですが、神棚やスペースに合わせて調整が可能です。



朝と夕に神棚に手を合わせることで、気持ちが一掃し、晴れやかになり、明るく澄んだ心になります。また、家に神聖な場所や祈りの空間を作ること、清潔に、美しく過ごすことができます。

