

正月行事のしきたり 年神様（としがみさま）

- ▶ 『一年の計は元旦にあり』・・・日本人はお正月を大切にしてきた

新年の神様である『年神様』が新年に各家庭に降りてくると考えられていた
（＝歳徳神(とくとくじん)、正月様ともいいます）

年の初めに1年の幸せをもたらすために、初日の出とともに降臨する
初日の出で太陽を拝むのはこれを由来としている



正月行事のしきたり 初詣（はつもうで）

- ▶ 年の初めにお参りをすると「めでたさ」が倍加する



大晦日の除夜の鐘を聞きながら家を出て、元旦にお参りをすませる
⇒ 『二年参り』

昔は一家の家長が二年参りをするのが習わしであった
自分たちが住んでいる地域の氏神を祀っている神社にお参りをしていた

- ▶ お参り場所が様々に

その年により氏神様のいる方角を示す恵方に当たる神社へ
⇒ 恵方参り

現在は、伊勢神宮や出雲大社など、各地の有名社寺に出かけて
お参りをする傾向に



正月行事のしきたり

門松

- ▶ 年神様が降りてくる時の目印として木を立てたのが始まり

門前の左右に一对（玄関に向かって左が雄松、右が雌松）

松 = 古くから神が宿る木と考えられていた
竹 = 長寿を招く縁起物



正月行事のしきたり

しめ飾り

- ▶ 玄関や神棚にしめ縄を張り、しめ飾りをするのは年神様を迎え入れるための準備
自分の家が年神様を迎えるにふさわしい神聖な場所であることを示すためにしめ縄を張ったのが始まり

- ▶ しめ飾りに使われているのは？

裏白(ウラジロ)・・・常緑の葉であることから『長寿』を

譲葉(ユズリハ)・・・新しい葉出てきて初めて古い葉が落ちる
⇒ 家系を絶やさない

橙(ダイダイ)・・・家が代々栄えるということの縁起物



正月行事のしきたり 鏡餅（かがみもち）

- ▶ 餅はハレの日に神様に捧げる神聖な食べ物



室町時代以降、年神様に供える目的で鏡餅が定着した

人の魂を模したことから丸餅となり鏡餅と言われるようになった

大小二つ重ね = 月(陰)と日(陽)を表し、福德が重なり縁起が良い
ダイダイ・ユズリハ・昆布(子孫繁栄)などを添える

1月11日に鏡餅を下ろして『鏡開き』

神霊が刃物を嫌がるため、手や木槌で割り、雑煮や汁粉にして食べる行事

正月行事のしきたり

おせち料理

▶ 季節の変わり目の節句に、年神様に供える「お節」料理であった

やがて大晦日の年越しに食べるようになり、年に何回かある節句の中で正月が最も重要な節句ということから、正月料理に限定して言うようになった

- 一の重 = 口取り(かまぼこ・きんとん等)
- 二の重 = 焼物(ブリの照り焼き等)
- 三の重 = 煮物(レンコン・里芋等)
- 四の重 = 酢の物(紅白なます・酢レンコン等)



▶ 年神様に供える供物料理であるとともに、家族の繁栄を願う縁起物の家庭料理

正月行事のしきたり お屠蘇（おとそ）



- ▶ 中国の唐の時代から飲まれるようになった薬酒の一種

屠蘇 ⇒ 「悪魔を屠(ほふ)り、死者を蘇らせる」という意味

中国では漢方薬を大晦日に井戸につるし、元旦に引き上げ酒に浸して作った「邪気を払い、不老長寿になれる」薬酒として、新年に年少者から順番に飲んだ

日本には平安時代に伝わり、宮中の元旦の儀式として取り入れられたやがて、庶民にも広がり、正月の朝にお屠蘇として飲むようになった

正月行事のしきたり 雑煮（ぞうじ）

- ▶ もともと、年神様に供えた餅を神棚から下ろし、野菜や鶏肉・魚介などを煮込んで作った料理

室町時代ごろの儀礼的な酒宴で出されたのが始まり
最初に雑煮を食べて胃を安定させてから酒宴に移るための前菜だった

関西は白みそ仕立て・丸餅、関東はしょうゆ仕立て・切り餅が一般的



正月行事のしきたり お年玉

- ▶ もともと、年神様からの贈り物を意味していた

年神様に供えた餅を下ろして年少者に分け与えたのが始まり



正月行事のしきたり 七草粥（ななくさがゆ） 1月7日



▶ 正月七日の朝に『七草粥』を食べる習慣

一年間、病気にならないと言われ、無病息災を祈念した

中国で正月七日は人を占う日 官吏の昇進などを決めていた朝に
立身出世を願い、薬草の若菜を食べた

日本に伝わり、平安時代には宮廷の儀式として食べられた

正月行事のしきたり

七草粥（ななくさがゆ） 1月7日

▶ 江戸時代に江戸幕府が定めた『五節供(ごせつく)』の一つに

一月七日	「七草の節供」（人日）
三月三日	「桃の節供」（上巳）
五月五日	「菖蒲の節供」（端午）
七月七日	「七夕祭り」（七夕）
九月九日	「菊の節供」（重陽）



▶ 七草（時代や地域によって若干異なる）

「セリ・ナズナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシロ」

正月のご馳走で疲れた胃腸を休め、青菜の不足する冬場の栄養補給という実利的な効用もあったと思われる