



お正月

年神様をむかえる新年のならわし



この教材の使い方

1

見て・ふれて・感じる

写真や実物、動画でも確かめてみましょう。身近な行事や食べ物の中にも、日本文化はたくさんあります。

2

「なぜ？」を考える

行事やしきたりには、それぞれ意味や願いがこめられています。由来を知ると、ぐっと面白くなります。

3

「やってみよう」で体験する

答えは30ページにあります。家族や地域の人に話を聞くのもおすすめです。地域によるちがいも楽しみましょう。



Ken (ケン)

日本の中学生。地元のお祭りが大好き。



Emma (エマ)

カナダから来た留学生。日本文化を勉強中。

もくじ

お正月を知ろう	3～8
お正月の行事	9～15
見る・体験する	16～17
おさらいしよう	18～22
練習しよう	23～25
伝えてみよう	26～28
まとめ	29～30

お正月ってなに？

お正月は、新しい年のはじまりを祝う行事です。

お正月とは、**新しい年のはじまりを祝う行事**です。1月1日の元日を中心に、地域や家庭によって1月3日ごろまで、あるいはもう少し長く続きます。

もともとは、年神様（としがみさま）という新しい年の神さまを家にむかえ入れるための行事だといわれています。



お正月

おしょうがつ／New Year

新しい年のはじまりを祝う行事

元日

がんにつ／New Year's Day

1月1日のこと

ポイント

- お正月は、1年でもっとも大切な行事のひとつとされています。
- 門松やしめ飾り、おせち料理など、多くの習わしにそれぞれ意味があります。

やってみよう

1. あなたの家では、お正月にどんなことをしますか。

2. 「お正月」と聞いて思いうかぶものを3つ書こう。

ワンポイント お正月の期間は「松の内（まつのうち）」ともよばれ、地域によって1月7日までだったり15日までだったりします。

書いて覚えよう

年神様を迎える

お正月の習わしの多くは、年神様をむかえるためのものです。

年神様は、新しい年に幸せや実りをもたらすといわれる神さまです。
お正月にはそれぞれの家に年神様がやってくると考えられ、家々では気持ちよくむかえる準備をします。



ポイント

- 門松やしめ飾りは、年神様に家を見つけてもらうための目じるしとされています。
- 鏡もちは、年神様がとどまる場所（依り代）と考えられています。

Emma

どうしてお正月にはいろいろな飾りをするの？



Ken

年神様をむかえるためなんだって。次のページでくわしく見てみよう。

やってみよう

- 「年神様」という言葉を、声に出して読んでみよう。
- 家の近くで、お正月らしい飾りを見たことがありますか。 _____

書いて覚えよう

門松としめ飾り

門松としめ飾り、それぞれの役目を知ろう。

門松

かどまつ / kedomatsu

年神様をむかえる目じるしとされるかざり

お正月

しめ飾り

しめかざり / shimekazari

神さまをまつる場所を示すかざり

玄関など

門松

松と竹

1年じゅう緑の松と、まっすぐ育つ竹を使う

置く場所

玄関や門の前に、対で置くことが多い

しめ飾り

しめ縄

神聖な場所と外の世界を分けるための縄

飾りつけ

玄関や神棚などに付けることが多い



Ken

松と竹には、ずっと元気であるようにという願いがこめられているんだよ。

Emma

植物にも意味があるなんて、おもしろいね。



やってみよう

1. 門松としめ飾り、どちらかを見たことがありますか。 _____

書いて覚えよう

鏡もち

かがみもち / kagami-mochi

丸いもちを2段に重ねたお正月のかざり。橙（だいだい）をのせることが多い

ポイント

- 丸い形は、昔の丸い鏡に似せてつくられたといわれています。
- 鏡もちは、年神様がとどまる場所として、床の間や台所などに飾られます。
- 上にのせる橙は、「代々（だいだい）」栄えるようにという願いをかけたものだといわれています。

やってみよう

1. 家にある丸いものを1つさがしてみよう。

ワンポイント 鏡もちは1月の中ごろに割って食べます。このお話は「鏡開き」のページでくわしく学びます。

書いて覚えよう

おせち料理

おせち料理の一品一品には、願いがこめられています。

おせち料理

おせちりょうり／osechi

お正月に食べる、縁起のよい料理

重箱

じゅうばこ／jubako

料理を段に重ねて入れる箱

料理

こめられた意味

黒豆

まめ（元気）に働けるように

数の子

子孫が栄えるように

えび

腰が曲がるまで長生きできるように

栗きんとん

金運にめぐまれるように

Emma

おせちって、ただのごちそうじゃないんだね。



Ken

うん、ひと品ずつに願いがこめられているんだよ。

やってみよう

1. おせち料理を食べたことがありますか。どんな料理でしたか。

書いて覚えよう

お雑煮の地域差

お雑煮は、地域や家庭によって、味もかたちもちがいます。

お雑煮

おぞうに／ozoni

もちの入った汁物。お正月に食べることが多い

地域の例	もちの形	味つけ
関東地方に多い例	角もち（焼く）	しょうゆ仕立て（すまし汁）
関西地方に多い例	丸もち（煮る）	白みそ仕立て
その他の地域	地域によりさまざま	地域によりさまざま

ポイント

- お雑煮は全国で共通の料理ではなく、地域や家庭で作り方がちがいます。
- 具に何を入れるかも、家庭によってちがいます。

やってみよう

- あなたの家のお雑煮は、どんな味・どんな形ですか。

書いて覚えよう

お屠蘇と初日の出

お正月の朝には、それぞれ意味のある習わしがあります。

お屠蘇（とそ）

何のため

1年の健康を願って飲む、香りのよいお酒

飲み方

家庭によっては、子どもは口をつける程度にすることも

初日の出

何のため

1月1日、最初の日の出を拝む

場所

山や海など、見晴らしのよい場所で見ると



Ken

元日は、家族で早起きして日の出を見に行くんだ。

Emma

1年でいちばん最初の朝日だと思うと、特別な感じがするね。



ポイント

- どちらも、新しい1年の健康や幸せを願う習わしです。

やってみよう

1. 初日の出を見たことがありますか。 _____

書いて覚えよう

Lesson
10-11

初詣とおみくじ

年が明けたら、はじめてのお参りをします。

初詣

いつ

年が明けて、はじめて神社やお寺にお参りすること

願うこと

1年の健康や幸せを祈る

おみくじ

内容

運勢を占う紙のくじ

結果の例

大吉・中吉・小吉・凶など



Ken

神社の木や結び所にむすんで帰る人も多いよ。持ち帰ってもいいんだって。

Emma

凶が出たらどうするの？



ポイント

- おみくじの結果や扱いは、神社やお寺によってちがいます。

やってみよう

- 初詣に行ったことがありますか。何をお願いしましたか。

書いて覚えよう

お年玉には、もともと意味がありました。

お年玉

おとしだま／otoshidama

お正月に、大人が子どもにわたすお金

ぽち袋

ぽちぶくろ／pochi-bukuro

お年玉を入れる小さなふくろ

ポイント

- もともとは、鏡もちなどのお供え物を家族に分けたことが始まりだったといわれています。
- 金額に決まりはなく、家庭によってちがいます。

やってみよう

1. ぽち袋を見たことがありますか。どんな絵がらでしたか。

ワンポイント お金の使い方は、家の人とよく相談して決めましょう。

書いて覚えよう

年賀状と書き初め

新しい年の始まりに、文字で気持ちを表します。

年賀状

内容

新年のあいさつを書いて送るはがき

今と昔

メールやSNSで新年のあいさつをする人も増えている

書き初め

いつ

1月2日に行うことが多い

ねがい

字が上手になるようにと、好きな言葉を書く



Ken

去年の書き初めは「努力」って書いたよ。

Emma

今年は何て書くか、もう決めた？



やってみよう

1. 書き初めで書いてみたい言葉を1つ考えよう。

書いて覚えよう

お正月には、昔から伝わる遊びがあります。

羽根つき

羽子板で羽根を打ち合う遊び

風あげ

風にのせて凧を高くあげる遊び

こま回し

ひもを使ってこまを回す遊び

福笑い

目かくしをして顔のパーツを並べる遊び

かるた

読み札と絵札をとり合う遊び

すごろく

さいころを振ってコマを進める遊び

ポイント

- 外で体を動かす遊びと、室内で楽しむ遊びがあります。
- 家族や友達と一緒に楽しめる遊びが多くあります。

やってみよう

1. やってみたい正月の遊びを1つえらぼう。

書いて覚えよう

七草がゆと鏡開き

お正月の終わりごろにも、大切な習わしがあります。

七草がゆ

いつ

1月7日に食べることが多い

ねがい

7種類の若菜を入れ、健康を願う

鏡開き

いつ

1月11日ごろ（地域によりちがう）

わり方

刃物を使わず、手や木づちで割る

ポイント

- 七草がゆは、ごちそうで疲れた胃を休めるためともいわれています。
- 鏡開きで刃物を使わないのは、「縁を切る」ことを避けるためといわれています。

やってみよう

- 七草の名前を、知っているだけ書いてみよう。

ワンポイント かたい鏡もちを割るときは、けがをしないよう大人と一緒にいきましょう。

書いて覚えよう

お正月の終わりと、あいさつの言葉を知ろう。

地域によっては、正月かざりを燃やす「どんど焼き」という行事が行われます。

新年を祝うあいさつの言葉

今年もお世話になります、という意味のあいさつ

1. 家族や友だちに、お正月のあいさつを言ってみよう。

写真や実物を見てみよう

身のまわりから、お正月をさがしてみよう。

さがしてみよう

門松

しめ飾り

鏡もち

おせち料理

破魔矢

羽子板

家や町の中、写真や動画でも、お正月に関わるものをさがしてみましょう。

ポイント

- 見つけたものと、この教材で学んだ意味をつなげて考えてみましょう。

やってみよう

1. 見つけたものに○をつけよう。
2. 写真を1枚さがして、気づいたことを書こう。

書いて覚えよう

①好きな言葉や四字を決める。②半紙に大きく書く。③部屋にかざる。

- 筆・墨・半紙を使います。汚れてもよい服装で行いましょう。
- 机の上には新聞紙などを敷いておくと安心です。

書いて覚えよう

18

昔と今をくらべよう

お正月の習わしは、時代とともに少しずつ変わってきました。

普

年賀状は手書き

一枚ずつ手で書いて送っていた

おせちは手作り

家庭で何日もかけてつくっていた

今

年賀状はアプリでも

メールやSNSであいさつすることも

おせちは購入することも

お店で買う家庭も増えている

ポイント

- 形は変わっても、新しい年を祝う気持ちは変わっていません。

やってみよう

1. あなたの家では、昔と今でちがう習わしがありますか。

書いて覚えよう

よくある疑問

お正月についての、よくある疑問に答えます。

疑問	こたえ
お正月はいつまで？	地域によりますが、1月7日ごろ（松の内）までとされることが多い
おみくじは持ち帰ってもいい？	持ち帰っても、神社で結んでもどちらでもよいとされている
お年玉は誰からもらうもの？	決まりはなく、家庭によってちがう

ポイント

- わからないことは、家の人や地域の人に聞いてみるのもよい方法です。

やってみよう

1. ほかに知りたい疑問があれば書いてみよう。

書いて覚えよう

- 神社やお寺では、静かに順番を守ってお参りしましょう。
- 鏡開きは、刃物を使わず手や木づちで割ります。
- 初詣で混雑しているときは、まわりの人に気を配りましょう。

1. 神社でのお参りのしかたを、家の人と確認してみよう。

ワンポイント お参りの作法は神社やお寺によってちがうことがあります。案内板があれば読んでみましょう。

用語をおさらい

この教材で出てきた言葉を確認しよう。

かざり

☐ 門松

年神様への目じるし

☐ しめ飾り

神聖な場所を示すかざり

☐ 鏡もち

年神様がとどまる場所

食べ物・飲み物

☐ おせち料理

縁起のよい料理

☐ お雑煮

もちの入った汁物

☐ お屠蘇

健康を願って飲む酒

☐ 七草がゆ

健康を願うおかゆ

行事

☐ 初詣

年明け最初のお参り

☐ 鏡開き

鏡もちを割る行事

☐ 小正月

1月15日ごろの一区切り

楽しみ方

☐ お年玉

大人から子どもへのお金

☐ 年賀状

新年のあいさつのはがき

☐ 書き初め

1年最初の書道

☐ 正月の遊び

羽根つきや凧あげなど

ワンポイント 覚えた言葉に✓をつけよう。言葉を知ると、お正月がもっと楽しくなります。

書いて覚えよう

ふり返しチェック

できるようになったことを確かめよう。

- | | | |
|--------------------------|--------------------|------------|
| ☐ | お正月の意味を説明できる | 年神様をむかえる行事 |
| ☐ | 門松・しめ飾り・鏡もちの役目が言える | かざりの意味 |
| ☐ | おせち料理の意味を1つ言える | 料理の意味 |
| ☐ | 地域によるちがいを1つ言える | 地域差を知る |
| ☐ | 書き初めか鏡開きを体験した | 体験する力 |

ポイント

- ✓がつかなかった項目は、もう一度そのページにもどってみましょう。

書いて覚えよう

© 2013 Pearson Education, Inc. or its affiliate(s). All rights reserved.

© 2010 Pearson Education, Inc. or its affiliate(s). All rights reserved.

© 2010 Pearson Education, Inc. or its affiliate(s). All rights reserved.

© 2014 Pearson Education, Inc. or its affiliate(s). All rights reserved.

好きな食べ物 栗きんとん／好きな遊び 凧あげ／家のならわし 元日の朝に家族で初日の出を見る／
今年がんばりたいこと 部活でレギュラーになる

ポイント

- 話すときは、意味や由来も一緒に伝えると、もっと興味をもってもらえます。

書いて覚えよう

あけましておめでとう、という意味のあいさつ

おせちという特別な料理を食べます、という意味

- osechi や mochi のように、そのまま英語で使われる日本語もあります。

1. 上のフレーズを使って、友だちにお正月を紹介してみよう。

もっと知りたい人へ

お正月の世界は、まだまだ広がっています。

もっと知りたい人へ

図書館で

お正月の行事についての本を借りる

神社へ

初詣で由来の説明を読んでもみる

博物館で

昔のお正月の道具を見る

次のステップ

節分

次にやってくる季節の行事

年中行事

1年を通した日本の行事

地域の祭り

住んでいる地域の行事を調べる

ポイント

- この教材の次は「節分」。季節の行事について、さらに学んでいきます。

書いて覚えよう

家や町にある**お正月のかざり**を探す

書き初めや鏡開きに挑戦する

お正月の意味を家族や友だちに話す

L28 門松→イ しめ飾り→ウ 鏡もち→ア おせち料理→オ 初詣→エ L33 (例) お正月とは、年神様をむかえ、新しい年を祝う行事。

くわしくは当協会ウェブサイトの「ウェブサイト利用規約」をご覧ください。