



節分

鬼を追いはらい、福をまねく行事



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

節分を知ろう	3～9
節分の行事	10～15
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

節分ってなに？

節分は、鬼を追いはらい、福をまねく行事です。

節分とは、**豆をまいて鬼を追いはらい、福をまねく行事**です。毎年2月3日ごろに行われます。

「鬼は外、福は内」のかけ声とともに豆をまくことで知られていますが、そこには古くからの意味がこめられています。



節分

せつぶん / setsubun

季節の変わり目の日。今は2月3日ごろをさすことが多い

豆まき

まめまき / mamemaki

豆を投げて鬼を追いはらう行事

ポイント

- ・ 節分は、冬から春への変わり目に行われる行事です。
- ・ 地域や家庭によって、行い方に少しずつちがいががあります。

やってみよう

1. 節分と聞いて思いうかぶことを書いてみよう。

ワンポイント 「節分」は、もともと季節の分かれ目という意味の言葉です。次のページでくわしく見てみましょう。

書いて覚えよう

季節の分かれ目

「節分」は、もともと年に4回あった言葉です。

立春

りっしゅん / risshun

こよみの上で、春が始まるとされる日

ポイント

- 節分は「季節を分ける」という意味で、もともとは立春・立夏・立秋・立冬の前日、年に4回ありました。
- 今では、立春の前日である2月3日ごろの節分だけが、とくに大切にされています。
- 冬から春へ変わる節目は、昔から1年のはじまりに近いものと考えられてきました。

Emma

節分って1回だけじゃなかったの？



Ken

うん、もともとは4回あったんだって。今は春の節分だけが残っているみたい。

やってみよう

1. 「立春」という言葉を、声に出して読んでみよう。

書いて覚えよう

豆まきと鬼は外・福は内

豆まきのかけ声には、それぞれ意味があります。

豆まき

まめまき / mamemaki

炒った豆をまいて鬼を追いはらう行事

鬼は外、福は内

おには そと、ふくは うち

鬼を外へ、幸福を内へ、という願いのかけ声

ポイント

- 豆をまくのは、家の中や玄関などが多く、家族で交代しながら行うこともあります。
- 「鬼は外」で外に向かって、「福は内」で家の中に向かって豆をまきます。



Ken

うちでは、ぼくが豆をまく係なんだ。

Emma

楽しそう！わたしもやってみたいな。



やってみよう

- 「鬼は外、福は内」と、声に出して言ってみよう。

書いて覚えよう

実在の生き物というより、追いはらいたいものを分かりやすく表した姿と考えられています。



- 鬼は、こわいだけの存在ではなく、人の心の中の弱さを表すこともあるといわれます。
- 豆まきは、そうした悪いものを追いはらい、新しい季節を気持ちよく迎えるための行事です。

1. 自分の中から追いはらいたい「心の中の鬼」はありますか。

恵方巻きと恵方

恵方を向いて食べる巻きずしにも、願いがこめられています。

恵方巻き

えほうまき / ehomaki

その年の恵方を向いて食べる、切っていない太巻き

恵方

えほう / eho

その年によって決まる、縁起のよいとされる方角

ポイント

- 恵方巻きは、その年の恵方を向いて、しゃべらずに食べ切ると願いがかなうといわれています。
- もともと是一部の地域の習わしでしたが、近年は全国に広まりました。

Emma

食べている間はおしゃべりしちゃいけないの？



Ken

そう。願い事を思いうかべながら、だまって食べ切るのがコツなんだって。

やってみよう

1. 恵方巻きを食べたことがありますか。 _____

書いて覚えよう

地域の節分

節分の行い方は、地域によってさまざまです。

ポイント

- 豆まきのかけ声や、飾りの習わしは、地域や神社・お寺によってちがうことがあります。
- 住んでいる場所によって、体験できる節分の行事もさまざまです。

やってみよう

1. 自分の住む地域で見たり聞いたりした節分の行事を書こう。

ワンポイント 「日本の節分はこうだ」と決めつけず、いろいろな形があることを楽しみましょう。

書いて覚えよう

節分と立春

節分の次の日は、こよみの上で春がはじまる日です。

立春

りっしゅん / risshun

節分の翌日。こよみの上で春がはじまるとされる日

ポイント

- 節分は、昔のこよみでは1年の終わりに近い、大みそかのような日だったといわれています。
- 節分で悪いものを追いはらい、立春から気持ちよく春を迎える、という流れになっています。

やってみよう

1. 節分の次の日は何とよばれますか。

書いて覚えよう

節分の行事は、神社やお寺でも行われます。

多くの神社やお寺で、節分の日には豆まきの行事が行われます。
力士や有名な人が豆をまく行事が話題になることもあります。

- 多くの場所で「鬼は外、福は内」と言いますが、まつっている神さまによって「福は内」だけを言うところもあるといわれています。
- 「鬼」の字がつく地名やお寺では、「鬼は内」と言うこともあるそうです。

1. 近くの神社やお寺で節分の行事があるか、調べてみよう。

福豆の食べ方

まいた豆は、あとで食べることも大切な習わしです。

福豆

ふくまめ／fukumame

豆まきに使った、炒った大豆

ポイント

- 自分の年の数だけ食べると、健康や幸せにつながるといわれています。
- 豆が苦手な人のために、豆をお湯に入れた「福茶」を飲む習わしもあります。

やってみよう

1. 福豆を食べたことがありますか。何個食べましたか。

ワンポイント 小さな子どもが豆を食べるときは、のどにつまらせないように大人が見守りましょう。

書いて覚えよう

鬼のお面づくり

節分は、工作でも楽しむことができます。

紙皿で鬼のお面をつくろう

① 紙皿に、鬼の顔の形を描く。② クレヨンや色紙で色をつける。③ 目の位置に穴をあけ、ひもを通す。

ポイント

- 紙皿や画用紙、クレヨンなど、家にあるものでつくれます。
- はさみを使うときは、指を切らないように気をつけましょう。

ワンポイント はさみやカッターを使うときは、大人と一緒に、安全な使い方で行いましょう。

書いて覚えよう

節分には、歌や昔からの言い伝えがあります。

「鬼は外、福は内」という言葉は、節分の歌にもよく登場します。
豆まきの動きに合わせて歌うと、より楽しく行事に参加できます。

ポイント

- 節分の豆まきは、もともと中国から伝わった「追儺（ついな）」という、悪い気を追いはらう宮中の行事がもとになったといわれています。
- 長い年月をかけて、今のような豆まきの形に変わってきたとされています。

やってみよう

1. 節分の由来で、知らなかったことを1つ書こう。

書いて覚えよう

今の節分と楽しみ方

節分は、今もいろいろな形で楽しまれています。

豆まき

家族で鬼役を決めて豆をまく

恵方巻き

その年の方角を向いて食べる

お面づくり

鬼のお面を工作してかぶる

学校行事

保育園や学校での豆まき会

神社の行事

豆まきイベントに参加する

福茶

豆とお茶で福を願う

ポイント

- 形は変わっても、悪いものを追いはらい、幸せを願う気持ちは今も受けつがれています。

やってみよう

1. 今年やってみたい節分の過ごし方を1つえらぼう。

書いて覚えよう

写真や実物を見てみよう

身のまわりから、節分をさがしてみよう。

さがしてみよう

福豆

恵方巻き

鬼のお面

ひいらぎいわし

升（ます）

お札

お店や家、写真や動画でも、節分に関わるものをさがしてみましよう。

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

体験してみよう

実際に豆まきに挑戦してみよう。

家で豆まきに挑戦しよう

① 豆やお面を用意する。② 「鬼は外」で外に向けて豆をまく。③ 「福は内」で内に向けて豆をまく。

ポイント

- 豆をまく場所は、あとで片づけやすい部屋を選びましょう。
- 小さな子どもがいる家庭では、豆をつぶ状のまま食べさせないなど、安全に注意しましょう。

ワンポイント 豆をまいたあとは、床に落ちた豆を忘れずに片づけましょう。

書いて覚えよう

由来と意味をおさらい

ここまで学んだ、節分の習わしの意味をおさらいしよう。

習わし	こめられた意味
豆まき	鬼（悪いもの）を追いはらう
鬼は外、福は内	悪いものを外へ、幸せを内へ
ひいらぎいなし	とげとにおいで鬼を近づけない
恵方巻き	その年の方角を向いて願いをかなえる
福豆	年の数だけ食べて健康を願う

ポイント

- どの習わしにも、悪いものを追いはらい、幸せを願う気持ちがあります。

やってみよう

1. いちばん心に残った意味を1つえらぼう。 _____

書いて覚えよう

地域によるちがい

節分の習わしは、地域によってさまざまです。

ならわし

地域によるちがいの例

豆まきのかけ声

「福は内」だけの場所や「鬼は内」の場所もある

ひいらぎいわし

飾る地域と飾らない地域がある

恵方巻き

もとは一部の地域の習わしだった

ポイント

- 「日本の節分はこうだ」と決めつけず、いろいろな形があると知ることが大切です。

やってみよう

- 自分の地域や家庭の節分のやり方を書こう。

書いて覚えよう

昔と今をくらべよう

節分の楽しみ方は、時代とともに広がってきました。

普

家庭で豆まき中心

家族で豆をまくのが中心だった

恵方巻きは一部の地域

全国的な習わしではなかった

今

学校や神社でも

保育園・学校・神社などでも行われる

恵方巻きは全国区

多くの地域で食べられるようになった

ポイント

- 形は広がっても、悪いものを追いはらい福を願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、昔と今でちがう節分の過ごし方がありますか。

書いて覚えよう

よくある疑問

節分についての、よくある疑問に答えます。

疑問	こたえ
節分はいつ？	毎年2月3日ごろ（年によって前後することがある）
豆はいくつ食べる？	自分の年の数、または年の数プラス1個が多い
恵方はどう決まる？	その年によって、方角が変わるとされている

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

マナーと注意点

節分を気持ちよく過ごすための注意点を知ろう。

ポイント

- 豆をまくときは、人に向かって強く投げないようにしましょう。
- 小さな子どもやお年寄りがいる家庭では、豆をつぶしたり福茶にしたりする工夫もあります。
- まいた豆は、あとで片づけを忘れないようにしましょう。

やってみよう

1. 家で豆まきをするとき、気をつけたいことを1つ書こう。

ワンポイント 小さい子がいる家庭では、豆をのどにつまらせないように、食べる豆の大きさに注意しましょう。

書いて覚えよう

用語をおさらい

この教材で出てきた言葉を確認しよう。

行事の言葉

☐ 節分

季節の変わり目の日

☐ 立春

こよみの上で春が始まる日

☐ 豆まき

豆をまいて鬼を追いはらう行事

かけ声・食べ物

☐ 鬼は外、福は内

節分のかけ声

☐ 福豆

豆まきに使った炒り豆

☐ 恵方巻き

恵方を向いて食べる太巻き

かざり

☐ ひいらぎいわし

とげとにおいて鬼を近づけないかざり

☐ 恵方

その年の縁起のよい方角

行事の場所

☐ 神社やお寺の節分

豆まきなどの行事

☐ 学校の節分

保育園や学校での豆まき会

☐ 鬼のお面

工作で作る節分の道具

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

書いて覚えよう

● オ. 豆をまいて鬼を追いはらう行事

3. 豆まきに使う炒った豆を（ ）という。

24

書いて覚えよう

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

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

好きな習わし 恵方巻き／食べてみたいもの 福豆／家のならわし 玄関にひいらぎいわしを飾る／今年やってみたいこと 家族で豆まき

- 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。

悪運を追いはらうために豆をまきます、という意味

鬼は外、福は内、という節分のかけ声

- oni (鬼) は、そのまま英語で使われることもある言葉です。

1. 上のフレーズを使って、友だちに節分を紹介してみよう。

27

もっと知りたい人へ

節分の世界は、まだまだ広がっています。

もっと知りたい人へ

図書館で

節分や年中行事についての本を借りる

神社へ

豆まき行事に参加してみる

博物館で

鬼のお面や道具を見る

次のステップ

ひな祭り

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「ひな祭り」。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

学んだことをまとめよう

この教材で学んだことを、自分の言葉でまとめよう。

まとめ 自分の言葉で書こう

1. 節分とは、どんな行事ですか。 _____
2. いちばん印象に残った習わしは？ _____
3. 今年やってみたいことは？ _____

節分ミッションカード

MISSION 1

家の人と豆まきをしてみる

MISSION 2

恵方巻きを食べしてみる

MISSION 3

鬼のお面を作ってみる

MISSION 4

節分の意味を家族に話す

できたミッションに✓をつけよう： ☐1 ☐2 ☐3 ☐4

書いて覚えよう

節分チャレンジ

教室の外でも、節分はすぐに楽しめます。

見つけよう

お店にある**節分の豆や恵方巻き**を探す

体験しよう

豆まきやお面づくりに挑戦する

伝えよう

節分の意味を家族や友だちに話す

こたえ

L28 節分→ウ 豆まき→オ ひいらぎいわし→エ 恵方巻き→イ 福豆
→ア 2.立春／恵方／福豆

L33 (例) 節分とは、豆をまいて鬼を追いはらい、福をまねく行事。

書いて覚えよう

節分 (Season 2 | No.12)

発行：一般社団法人文化芸術支援協会

この教材の著作権は一般社団法人文化芸術支援協会に帰属します。個人の学習および家庭内での利用に限り、閲覧・保存・印刷ができます。

有料の講座・塾・研修での使用、販売・再配布、改変しての公開、生成AIへの入力などの商用利用は禁止しています。

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。