

七五三ってどんな行事？



千歳あめ、食べたことある！

七五三

子どもの成長を祝う、家族の行事



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

七五三を知ろう	3～8
七五三をもっと知る	9～15
見る・体験する	16～25
伝えてみよう	26～28
まとめ	29～30

七五三ってなに？

七五三がどんな行事か、まず知ろう。

七五三（しちごさん）は、子どもがここまで元気に育ったことを喜び、これからの健やかな成長を願う行事です。

3歳・5歳・7歳の節目に、神社にお参りして、家族でお祝いします。



七五三

しちごさん／Shichi-Go-San

3歳・5歳・7歳の成長を祝う行事

成長

せいちょう／growth

大きく育っていくこと

ポイント

- ・ 祝う時期は、11月15日ごろを中心に、11月中に行うことが多いです。
- ・ 地域や家庭によって、日どりや祝い方はさまざまです。

やってみよう

1. 七五三をしたことがありますか。したことを1つ書こう。

ワンポイント 「七五三」という名前は、お祝いする年齢の3・5・7からきています。

書いて覚えよう

七五三の由来・髪置き・袴着・帯解き

七五三の由来となった、昔の儀式を知ろう。

七五三は、江戸時代ごろに始まったといわれています。当時は、子どもが無事に育つことがとても大切に考えられていました。

由来には、3つの儀式が関わっているといわれています。



儀式	年齢	意味
髪置き（かみおき）	3歳	それまで剃っていた髪をのばし始める儀式
袴着（はかまぎ）	5歳	はじめて袴（はかま）を着る儀式
帯解き（おびとき）	7歳	ひもではなく、帯を結び始める儀式

ポイント

- 3つの儀式が、時代とともに合わさり、今の七五三になったといわれています。

やってみよう

1. 3つの儀式の中で、初めて知ったものはどれですか。 _____

書いて覚えよう

- 神社にお参りし、ここまで無事に育ったことへの感謝と、これからの健やかな成長を祈ります。
- 神社によっては、祈祷（きとう）といって、神主さんにお祓いをしてもらうこともあります。



Emma



1. 神社にお参りしたことがありますか。

着物と晴れ着

七五三では、特別な晴れ着を着ることが多いです。

晴れ着

はれぎ／hare-gi

特別な日に着る、あらたまった衣服

ポイント

- 3歳は被布（ひふ）という上着を着物の上にはおることが多いです。
- 5歳の男の子は袴、7歳の女の子は帯を結んだ着物を着ることが多いです。
- 着物のほかに、洋装のドレスやスーツで祝う家庭もあります。

やってみよう

1. 七五三の写真や絵を見たことがありますか。どんな服装でしたか。

書いて覚えよう

ちとせあめ / chitose-ame

紅白の細長いあめ。長生きを願う七五三のお菓子

「千歳」は「千年」という意味で、あめの長さには、長生きしてほしいという願いがこめられています。あめが入る袋には、長寿の象徴とされる鶴や亀の絵がえがかれることが多いです。

- 折らずに食べようとする子どもの姿も、七五三らしい風景のひとつです。

1. 千歳あめを食べたことがありますか。どんな味でしたか。

七五三のお祝いには、2つの年齢の数え方があります。

9

- お参りのあとに、家族や親戚で食事会を開く家庭が多いです。
- 尾頭付きの魚や赤飯など、縁起のよい料理が用意されることもあります。
- 決まった料理はなく、家庭によってさまざまです。

1. お祝い日に食べたい料理を1つ考えてみよう。

写真の文化

七五三では、記念写真を残すことも大切にされています。

ポイント

- 写真館で、晴れ着姿の記念写真を撮ることが多いです。
- お参りの前や後に撮影したり、別の日に撮影したりと、家庭によって方法はさまざまです。
- 写真は、成長の記録として、長く大切にされます。

Emma

七五三の写真は、いつ撮るの？



Ken

お参りの日でも、別の日でも、家によってちがうんだよ。

やってみよう

1. 家に、七五三の写真はありますか。

書いて覚えよう

地域のちがい・子どもの成長を祝う心

七五三の祝い方は地域でちがいますが、その根っこには共通した願いがあります。

ちがいの例	内容
祝う年齢	地域によって、数え年か満年齢かがちがう
お参りの時期	11月に限らず、時期をずらす地域もある
食べ物・かざり	地域独自のお祝い料理がある場合も

ポイント

- 形はちがっても、「子どもの成長を喜び、これからを願う」気持ちはどの地域も共通しています。

やってみよう

1. 自分の地域の七五三について、知っていることを書こう。

書いて覚えよう

お参りのマナー・祝い方の今と昔

神社でのマナーと、祝い方の移り変わりを知ろう。

お参りのマナー

静かに歩く

神社の中では騒がず落ち着いて過ごす

順番を守る

祈禱を待つときは列を守る

祝い方の今と昔

昔：近所や親戚総出

地域ぐるみで祝うことが多かった

今：家族中心

家族だけで祝う家庭が増えている

やってみよう

1. 神社でのマナーを、家の人と確認してみよう。

書いて覚えよう

七五三の服装・家族の思い出

服装の選び方と、家族にとっての七五三を考えよう。

服装の選び方

着物

写真館やお店で借りることも多い

洋装

ドレスやスーツで祝う家庭もある

家族の思い出

成長の記録

写真や着物が思い出として残る

家族が集まる日

祖父母や親戚が集まることも多い

やってみよう

1. 家族に、七五三の思い出を聞いてみよう。

書いて覚えよう

七五三の準備・七五三の楽しみ方

七五三の準備と、楽しみ方を考えよう。

準備することの例

神社に日どりを相談

着物や晴れ着の用意

写真館の予約

食事会の場所を決める

準備することは多いですが、家族で分担すると安心です。

ポイント

- いちばん大切なのは、子どもの成長を家族で喜び合うことです。

やってみよう

1. 七五三をするなら、どんな1日にしたいですか。

書いて覚えよう

家に写真が残っていれば、家族と一緒に見てみましょう。

- 写真館の展示や、お祝いの品の実物を見ると、より理解が深まります。

1. 見つけたものを1つ書こう。

16

体験してみよう

七五三にちなんだことを、体験してみましょう。

やってみよう

千歳あめを食べる

着物や晴れ着を着てみる

神社にお参りする

家族に成長のお祝いを伝える

写真を見ながら、家族と話してみるのもよい体験です。

ポイント

- 体験できる範囲で、無理のない形で楽しみましょう。

ワンポイント 着物を着るときは、動きにくいので、まわりに気をつけて過ごしましょう。

書いて覚えよう

昔と今をくらべよう

七五三の祝い方は、時代とともに変わってきました。

普

地域ぐるみで祝う

近所や親戚が集まって祝うことが多かった

着物が中心

多くの子どもが着物で祝っていた

今

家族中心で祝う

家族だけで祝う家庭が増えている

洋装も増加

ドレスやスーツで祝う子どもも多い

ポイント

- 形は変わっても、成長を祝う気持ちは変わっていません。

やってみよう

1. 家族に、昔と今で変わったことを聞いてみよう。

書いて覚えよう

よくある疑問

七五三についての、よくある疑問に答えます。

疑問

こたえ

七五三は必ず11月にやるの？

多くは11月だが、家庭により時期をずらすこともある

兄弟で一緒に祝ってもいいの？

年齢が近ければ、一緒にお祝いする家庭もある

ポイント

- わからないことは、家の人や神社の人に聞いてみましょう。

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

- 神社では、静かに、まわりの人への配慮を大切にしましょう。
- 着物や晴れ着を着るときは、動きに気をつけましょう。
- 写真撮影は、まわりの参拝客のじゃまにならない場所で行いましょう。

1. 神社でのマナーを1つ書こう。

用語をおさらい

この教材で出てきた言葉を確認しよう。

儀式のことば

☐ 髪置き

3歳・髪をのばす儀式

☐ 袴着

5歳・袴を着る儀式

☐ 帯解き

7歳・帯を結ぶ儀式

お祝いのことば

☐ 千歳あめ

長生きを願うあめ

☐ 晴れ着

特別な日の衣服

☐ 数え年

生まれ年を1歳とする数え方

☐ 満年齢

誕生日で数える今の年齢

ワンポイント 覚えたことばに✓をつけよう。ことばを知ると、七五三がもっと身近に感じられます。

書いて覚えよう

1. 言葉と意味を線でむすぼう

- | | | |
|------|---|----------------------|
| 髪置き | ● | ● ア. 7歳・帯を結び始める儀式 |
| 袴着 | ● | ● イ. 長生きを願う紅白のあめ |
| 帯解き | ● | ● ウ. 特別な日に着るあらたまった衣服 |
| 千歳あめ | ● | ● エ. 3歳・髪をのばし始める儀式 |
| 晴れ着 | ● | ● オ. 5歳・はじめて袴を着る儀式 |

2. 空らんに入る言葉を書こう

1. 長生きを願う紅白のあめを（ ）という。
2. 7歳の女の子が帯を結び始める儀式を（ ）という。
3. 生まれた年を1歳とする数え方を（ ）という。

書いて覚えよう

書いて覚えよう

家族や友だちに話してみよう

学んだ七五三を、自分のことばで伝えてみよう。

伝えたいこと

由来や意味

自分が感じたこと

聞いてみたいこと

Ken の例

伝えたいこと 千歳あめの意味／由来や意味 長生きを願うあめ／自分が感じたこと 折らずに食べるのが楽しかった／聞いてみたいこと 外国にも子どもの成長を祝う行事があるか

ポイント

- 聞いてもらう相手に合わせて、ことばを選んでみましょう。

書いて覚えよう

英語で紹介してみよう

七五三を、短い英語でも紹介してみよう。

Shichi-Go-San

しちごさん / Shichi-Go-San

3歳・5歳・7歳の成長を祝う行事

We wish for children's health and growth.

ウィー ウィッシュ フォー チルドレンズ ヘルス アンド グロウス

子どもの健康と成長を願います、という意味

ポイント

- 3・5・7という数字を伝えと、外国の人にも興味をもってもらいやすいです。

やってみよう

1. 七五三を、短い英語で説明してみよう。

書いて覚えよう

もっと知りたい人へ

七五三の世界は、ここからどんどん広がります。

調べる方法

神社へ

お参りの作法を調べる

写真館で

晴れ着の種類を見る

家族に

昔の七五三の話を聞く

次に学びたいテーマ

お正月

1年でもっとも大切な行事

着物

行事に着る伝統的な衣服

神社とお寺

祈りの文化について

ポイント

- この教材の次は、行事や着物についてさらにくわしく学んでいきましょう。

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. 七五三とは、どんな行事だと思いますか。 _____
2. いちばん印象に残ったことは？ _____
3. これから知りたいことは？ _____

七五三ミッションカード

MISSION 1

家族に七五三の思い出を聞く

MISSION 2

千歳あめの由来を誰かに説明する

MISSION 3

家にある七五三の写真をさがす

MISSION 4

好きな行事を友だちに紹介する

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

七五三チャレンジ

教室の外でも、七五三はすぐに見つけられます。

見つけよう

家にある**七五三の写真や思い出**を探す

聞いてみよう

家族に**成長のお祝い**について質問する

伝えよう

七五三の意味を**友だちや家族に紹介**する

こたえ

L28 髪置き→エ 袴着→オ 帯解き→ア 千歳あめ→イ 晴れ着→ウ
2. 千歳あめ / 帯解き / 数え年

L33 (例) 七五三とは、3歳・5歳・7歳の子どもの成長を祝い、神社にお参りする行事。

書いて覚えよう

七五三 (Season 2 | No.19)

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。