

# ももとせ便り

特集

開運!

パワースポット探訪②

## 日本神話が残る町

高千穂

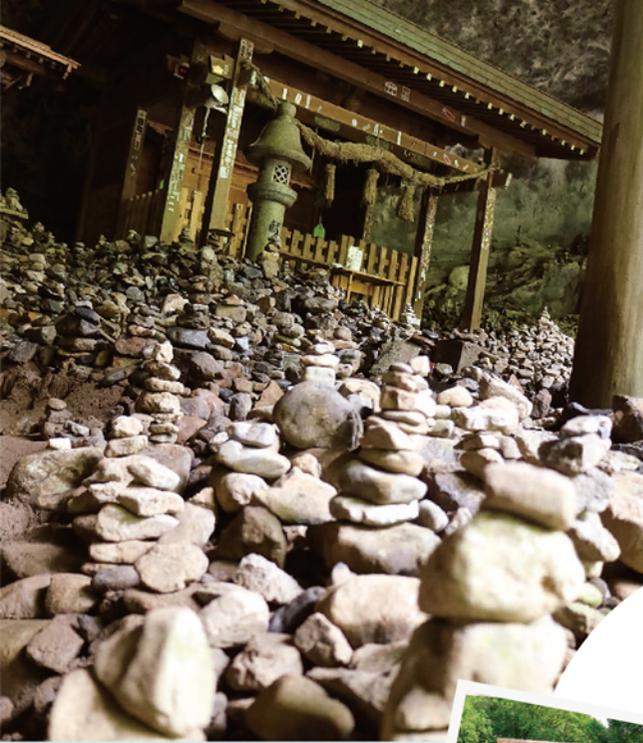
季節の  
開運ポイント

神宮館社長

木村通子

芒種は夏の節気の中で3番目にあたり、6月5日頃になります。穀物の種を蒔く時期といわれ、稲作が中心だった日本において、欠かせない日でした。食事をする際は、農家の人に感謝をして「いただきます」「ごちそうさまでした」と心を込めて言う習慣をつけてください。気持ちがつつきりして、運気が上昇します。

また、梅雨に入る頃でもあります。この時期はカビが発生しやすくなりますので、食べ物の管理に気をつけてください。そこで、医者いらずともいわれる梅干しを食べて健康維持に努めましょう。梅干しには浄化作用があり、健康運のアップにつながります。



天安河原



宮崎県の北西部、九州地方の真ん中にある高千穂町は、自然豊かで稲作や畜産が盛ん。二〇一五年には「高千穂郷・椎葉山地域」として世界農業遺産に登録され、全国から大勢の人が訪れるほど注目のパワースポットがたくさんある。

日本神話の故郷といわれる高千穂町には、かつて500余りの神社があったというから驚きだ。その中の一つ、天岩戸（あまのいわと）神社に訪れた。天岩戸神社は天照大御神（あまてらすおおみかみ）が、弟の須佐之男命（すさのおのみこと）の悪行に困り果てて身を隠した洞窟「天岩戸」を奉る神社。東本宮と西本宮に分かれており、西本宮から10分ほど歩くと天安河原（あまのやすかわら）がある。

天安河原は、天照大御神が身を隠した時に八百万の神々が相談をしたとされる場所。奥の大きな洞窟には小さな鳥居と社が建てられており、パワー



# 日本神話が残る町

## パワースポット探訪②

### 高千穂

が強いと人気のスポットだ。この場所で石を積みながら祈ると願いが叶うといわれているため、足の踏み場が無いほど石が積まれていた。天岩戸神社に訪れた時に忘れないで体感しておきたいことが一つ。西本宮の社務所で申し込めば、神職の話聞きながら、本殿の裏手にあるご神域「天岩戸」を参拝できるのだ。撮影禁止区域なので、しっかりと心に留めておこう。



西本宮の社務所



東本宮の天鈿女命

東本宮にも「御神水」や「七本杉」など霊験あらたかな場所があるので、西本宮から数分ほど足を延ばしてみたい。

神社入口には神様の人形が設置されているが、東本宮の天鈿女命（あめの

うずめのみこと）は突然動き出し、驚かされた。西本宮入口では手力男命（たぢからをのみこと）の人形が大きな岩を抱えている。八百万の神々が、天照大御神が身を隠した天岩戸の前で宴会を楽しむことで誘い出し、扉の岩を細く開けた時にその扉を手力男命が遠くへ放り投げたことに由来している。その岩は長野県の戸隠まで飛んでいったとか。その「戸隠神社」も人気のパワースポットなので、今後ぜひ訪れてみたい。

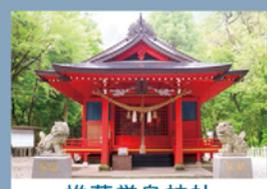


西本宮の手力男命

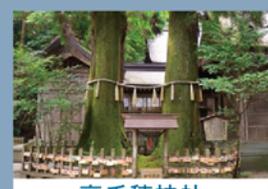
高千穂地域には、他にもおススメのスポットが盛りだくさん! /



**DATA**  
**天岩戸神社**  
(あまのいわとじんじゃ)  
宮崎県西臼杵郡  
高千穂町岩戸1073番地1  
社務所 8:30~17:00



**椎葉巖島神社**  
那須大八郎宗久は壇ノ浦の戦いで敗れた平家一門を追討するよう命を受けたが、椎葉山中で叛意なく暮らす落人の姿を見て深く哀れみ、平家一族が敬う巖島神社の守護神を迎えて建立した。高千穂町の隣村「椎葉村」にある。



**高千穂神社**  
「瓊瓊杵尊(ににぎのみこと)」など天孫降臨に関連した6柱の神様の総称である「高千穂皇神」を祀る神社。夫婦杉(めおとすぎ)が有名で、手を繋ぎながら3回まわると夫婦円満のご利益があるとのこと。

### 高千穂峡

五ヶ瀬川にかかる峡谷で五箇瀬川峡谷(高千穂峡谷)として国の名勝・天然記念物に指定されている。日本の滝百選の「真名井(まない)の滝」を間近で見上げることができる貸しボートもおススメ。夏季期間中はライトアップされ、神秘的な雰囲気味わえる。





# 節句を彩る 和のテーブル 七夕

奈良時代に中国より伝えられた「節句」。健やかで心豊かな暮らしを願って受け継がれてきた、節句の食やしつらえをご紹介します。

五節句のひとつですが、もとは中国から伝来した「七夕」。織姫と彦星の物語はよく知られています。機織りや裁縫が上手になるよう願う中国の儀式「乞巧奠(きつこうでん)」が、奈良時代に日本に伝来。一方、日本では奥深い水辺の機屋に棚機女(たなばたつめ)がこもって神をお迎えしてお祓いする行事が7月7日に行われていました。これらが一つになった「七夕」を楽しむ食卓は、夏の代表的な着物生地「絹(ろ)」をイメージした水色クロスとお揃いのナプキンで涼やかに演出しました。食卓には願い事を書いた短冊を苔玉に飾り、扇子には筆でお品書を書き入れ、七タムードを盛り上げます。磁器、漆器、ガラス、七夕の笹竹にちなんだ竹素材の器を組み合わせた和風ならではのコーディネートが魅力です。重箱の蓋を開けた時のハレの日の料理も楽しみますね。

《監修》下山 千津子 先生

食空間プロデューサー。日本文化・料理・テーブルコーディネート・花・マナーをトータルで学ぶおもてなしサロン「chizu」主宰。歳時記・五節句を中心とした空間プロデュース、セミナー、レッスンを展開。



## 衣替え

四季が移り変わる日本ならではの習慣

暮らしの

しきたり  
夏

Summer

季節に応じて衣服を着替える「衣替え」は、四季の移り変わりが明確な日本特有の習慣で、「衣更え」「更衣」とも表記します。平安時代、中国から宮中に伝わった習慣で室町時代から江戸時代にかけて定着しました。

宮中では、旧暦4月1日に冬装束から夏装束に、旧暦10月1日に夏装束から冬装束に、調度品と共に替えました。現在の衣替えは、学校や企業などで6月1日と10月1日に実施されるのが一般的ですが、これは公家社会や武家社会の風習のなごりです。

今は気候に合わせて自由に着るものを選べますが、和服の世界では

気温などの条件に関わらず6月1日からは「単(ひとえ)」、10月1日からは「袷(あわせ)」と約束事が守られています。「単」とは帷子(かたびら)という裏地なしで仕立てた着物、「袷」とは裏地付きの着物です。着物は仕立てただけではなく、春夏秋冬それぞれの美しさを感じさせる柄でも季節感を盛り上げ、心まで新たな季節に染まり楽しむことができます。季節そのものよりも一歩先取りするくらいのタイミングが粋といわれます。



最近「クール・ビズ(COOL BIZ)」という軽装の習慣が徐々に定着しており、夏場はネクタイを外した男性の姿が多く見られるようになってきました。

# 神宮館の本

## SELECT

### 神様とつながる開運ごはん

開運料理人ちこ 著

◎ごはんをきちんと  
食べると運が良くなる！

独自のスタイルとその料理法が反響を呼んでいる開運料理人のちこさんが実行している運気がアップする方法を紹介しています。食材に感謝する、余すことなくいただくなど、新たな開運方法をおさめました。日常生活の中で簡単にできるだけでなく、習慣にすることによって、より良い幸せを呼び込む秘訣が満載です。



定価 1296円(税込)

新発売

### 日本の神様 ご利益事典

平藤喜久子 監修



定価 1620円(税込)

◎金運、健康運、縁結び  
などのご利益別で  
神様を紹介

縁結び、金運、健康運、商売繁盛、学業向上などご利益別にイラストで神様を紹介していますので、自分にピッタリな神様を見つけることができます。各神様にまつわるエピソードや神話のほかに、家族構成や祀られている神社などを掲載しており、より神様が身近に感じられます。

全国の書店または  
神宮館オンラインショップ  
<http://shop.jingukan.jp/>  
にてお求めいただけます。

## 塗り絵をしよう!!

頭の体操

色鉛筆一つでできる「塗り絵」。色の選択と調和を想像したり、手先を使って行う事で、脳が生き生きとすることが分かっています。好きなように、自由に色を塗って、脳を活性化しましょう。

〈 今号のお題 〉  
百合



## ” 暦 “ の クロスワード パズル

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 |   |   |   |
| 6 |   |   |   |
|   |   | 7 |   |

A~Cの順に並べて1つの単語を作ってください

#### タテのヒント

- 夏に巨大な花が咲くキク科の一年草
- 根がタマネギ状で食べられる野草
- 次の〇〇オリンピック開催は東京
- 田植えに多くの水を必要とする月

#### ヨコのヒント

- かまどやいろりの神様
- 間引いた若菜
- 卵を〇〇と黄身が出る
- 物事に積極的に取り組もうとする意気込み

#### 応募方法

郵便はがき 「お名前」「郵便番号」「住所」「電話番号」「生年月日」「クイズの答え」「ご意見・ご感想」を必ず明記ください。

応募先 〒110-0015 東京都台東区東上野1-1-4 株式会社神宮館 「ももとせクイズ」係

インターネット <http://www.jingukan.co.jp/momotose-present/> 右のQRコードを読み込み、応募フォームにアクセスしてください。



応募締切 2018年6月末日

※当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

※前回の答え「ジョウシ」

### 今回のプレゼント

金運招福 福銭(非売品)

3名様 ※大前恵比寿神社で銭洗いした福銭

