

# 日本のお正月遊び

日本のお正月遊び

その由来を知っていますか？

お子さまと一緒に

伝統文化に触れてみませんか？



入間市教育委員会  
家庭教育応援通信

2026年1月



こんにちは  
こちらは入間市教育委員会です  
この家庭教育応援通信では、  
子育てに必要な情報を  
皆様にお伝えしていきます。  
今回は、  
日本のお正月遊びについて  
考えてみます。





# お正月の遊び



お正月遊びは、日本に古くから続く伝統的な遊びです。そして、それらの中には、縁起をかついだり、子どもの成長を祈ったりと、新年に幸せを願う遊びも多いのです。

その由来や意味をお子さまに伝えながら、ご家族で日本の伝統や文化であるお正月遊びに触れてみてはどうでしょうか。



# 広まったのは江戸時代



戦乱の世が終わり、江戸時代は比較的平和な時代でした。経済が発展し、人々の暮らしにも年中行事や娯楽を楽しむゆとりが生まれました。

すると、武家や宮中の遊びが庶民に広がり、様々な遊びへと発展しました。そこには子の無事を祈る親の思いも見て取れます。

# 凧（たこ）あげ

凧は、戦いで使われたりもしましたが、江戸時代に男の子の誕生を祝うものとして庶民に広まり、天高く上がるほど願いが届くと言われました。

願い事を凧に乗せて、お子様と一緒に、天まで届けてみませんか。竹ひごと紙やビニール、たこ糸で簡単に作れますよ。



# 羽根つき



羽根つきは、室町時代に中国から伝わった遊びが起源と言われ、厄除け・魔除けとされました。墨を塗るのもおまじないです。

羽根の黒い球は、無患子（むくろじ）という木の実の種で、とても堅いうえに、子の患いが無いという縁起物でした。

健康を願って羽根をついてみませんか？



# かるた



一人が札を読み上げ、絵札を取る速さを競います。「いろはかるた」は、江戸時代初期に子どもが字やことわざを覚えるよう考案されました。 **い**犬も歩けば棒にあたる

「百人一首かるた」は、宮中の遊びが庶民に広がったものです。和歌を知らなくても、積んだ絵札を順番に引く「坊主めくり」ならすぐできるでしょう。





# 双六（すごろく）



双六はサイコロを振ってコマを進めます。  
中国が起源と言われますが、実は2種類  
あって、「盤双六」は1対1で対戦します。  
日本書紀に残るほど歴史があるものでした  
が、今は廃れてしまいました。

「絵双六」は、鎌倉時代に僧侶が仏教の  
教えを学ぶために考案され、江戸時代に道  
中双六や出世双六が人気になりました。





# お手玉



起源は今のトルコで、中国を経て奈良時代に伝わりました。当時は小石が使われていたようです。その後、江戸時代に、小豆や大豆などを詰めた布袋になりました。

投げ上げたりして遊ぶお手玉は、指先を使うので、脳への刺激や集中力をつけるのによく、また、昔は裁縫の勉強でもあったようです。



# コマ回し



世界最古のコマは古代エジプトと古く、日本には奈良時代に伝わったようです。江戸時代に広まり、うまく回せると、早く子どもが独り立ちすると言われました。

指でひねるもの、ひもを使って投げだすもの。模様を楽しむもの、ぶつけあって競うもの。コマには様々な種類があります。



# 福笑い



目隠しをして、輪郭を描いた紙の上に、眉、目、鼻、口などを置いていく福笑いは、明治時代に定着したと言われます。

「笑う門には福来る」で、みんなで笑って楽しみます。また、目隠しという非日常も味わえます。

好きなキャラクターなどで作ってみても面白いですね。



# けん玉



けん玉の起源は、江戸時代に伝わったフランスのおもちゃです。今の形になったのは大正時代で、ひもでつないだ玉を、けん先や3つあるお皿にのせて遊びます。

のせ方やのせる場所によって様々な技があります。集中力が求められ、技ができると達成感があります。



# だるま落とし



だるまは、禅宗の開祖、達磨（だるま）大師を模したものです。だるま落としは、一番上のだるまさんを落とさないように、積み上げた平たい円柱状の木を、小づちで叩いてはじき出していく遊びです。

成功すれば、この一年は転ばない（わざわいが無い）と言われます。大勢でも、一人でも遊べます。



# おはじき

おはじきは、奈良時代に中国から伝わったとされ、小石や貝殻で行う宮中の遊びでした。江戸時代に女の子の遊びとなり、明治になるとガラス製のものになりました。

指ではじいて、当てたおはじきを自分のものにして遊ぶのが基本ですが、最近は、大人も楽しめる遊び方があるようです。



# めんこ



平安時代の意銭（ぜにうち）が賭博性が高いと江戸時代に禁止され、これを機に人の顔（面）を粘土で焼き固めた小粒の泥めんこが生まれ、子どもの遊びになりました。

大正時代に今のような大きさの厚紙になり、裏返したり、はじき出したりして遊びます。昭和には力士、野球選手、漫画の人物が描かれて男の子に大人気になりました。



# お年玉



遊びではありませんが、お年玉は、年神様が宿った丸い鏡餅を「御歳魂（おとしだま）」と呼んで、これを家族に分け与えて無病息災を祈ったのが始まりと言われます。また、年の賜りものから年賜（としたま）と呼んだという説もあります。

高度経済成長期に餅をつく風習が減り、子どもに現金を渡すようになりました。



# 門松（かどまつ）



平安時代、宮中で長寿を願って常緑樹の松を飾った「小松引き」が門松の始まりです。室町時代になると、松に加えて、生命力と成長を象徴する竹が添えられました。

江戸時代には、年神様が訪れる目印として門前に飾るのが一般的になりました。

門松、しめ縄、鏡餅を総称して正月飾りと言います。



# 家庭で正月遊びを

正月遊びは、世代を超えて楽しめて、自然と会話も生まれます。また、指先や体を使ったり、集中力を高めたりもします。

縁起を担ぐ面も多くあり、一年の始まりを前向きに感じ取ることができます。

お子さまの健やかな成長を願って、家族で楽しんでみませんか。



今回は、  
日本のお正月遊び  
と題して考えてみました。  
少しでも

皆様の学びのヒントになれば幸いです。

興味を覚えた方は  
さらに調べてみてはいかがでしょうか。  
ありがとうございました。



入間市マスコットキャラクター  
「いるティー」