［目　次］

はじめに……004

第一章　御守りとは……009

・御守りの定義について……010

・御守りの成り立ちについて……013

・御守りの基本……020

第二章　御守りのお作法……031

・お作法一　御守りの受け方……032

・お作法二　御守りの持ち歩き方……032

・お作法三　御守りの期限は必ずしも1年ではない……032

・お作法四　素敵な御守りの持ち方……039

・お作法五　さらに御守りの力を高めるには正式参拝に限る……041

・お作法六　御守りは見えないところにこそ真意(神威)が宿る……043

・お作法七　守袋は神様仏様に付加価値をつける……044

・お作法八　御守りを贈る……045

・お作法九　御守り大国、日本……046

第三章　御守りのカタチ……047

・その一　御守り解体新書【サイズ】……048

・その二　御守り解体新書【パーツ】……049

・その三　御守り解体新書【カタチ】……051

・その四　御守り解体新書【素材と織り】……053

・その五　御守り解体新書【文様】……054

・その六　御守り解体新書【内符】……055

・その七　御守り解体新書【奉製】……058

第四章　御守り百選……063

第五章　御守りのハナシ……167

第六章　御守りの愉しみ……177

・御守りをいただきに行こう……178

・御守りを愉しむ……188

・御守り専用神棚のススメ……192

第七章　御守りマニア……197

◎　著者プロフィール……204

御守りの成り立ちについて　その二

護符は、呪符・神符・神札・守札（「まもりふだ」ともいう）など様々な名称で呼ばれる札型のモノです。それは神様仏様そのものではなく、神仏がよりつく依り代として憑依の対象物となるのです。通常は神棚に御札として祀られています。

この護符（依代）を携帯し易く、袋に納まるよう小型化したモノを「内符」といい、御神体となります。現在の御守りの大半が、この内符を守袋に納めた形態となります。護符はあくまで家に安置して家・家族など集団を守るモノで、御守りは身に付けてその個人を守るモノとされます。

内符の素材としては、紙・錦・木・金属（金・銀・銅・錫など）・石・玉（水晶・翡翠・瑪瑙など勾玉に加工されるものもある）・木の実などがあり、そこには、神仏の名前や社寺名、神像・仏像の図像、図形、宝印、呪文、経文、真言などが描かれたり、彫られてたりしています。後世には、実在した武将や偉人の、刀・兜・鎧・武器・書画・愛用品を模した絵やミニチュアなども内符に置き換えられて、御神体として納められるようになりました。

●御守り授与のメカニズム

御守りは、神社仏閣側の行う神聖なる儀式【御霊入れや御祈祷など】と、参拝者の畏敬の念をこめて行う儀式【手水舎での清めに始まり、二礼二拍手一礼・合掌など】が出合って初めて神仏の力を持つことになり、御守りとなりうるのです。このどちらが欠けても、御守りは本来の力を発揮することはできません。

❶ 御守りの核となる内符は、最初、普通の素材（紙や布、木、金属など）でしかなく、それらが内符のサイズに加工される。

❷ 神職者・僧侶などの宗教者によって「御霊入れ」や「御祈祷」などの儀式が行われる。

❸ 〝普通の素材（物）〟から〝聖なる内符（モノ）〟へと神聖化され、神仏が依りつく『依り代』として、力を秘めるようになる。

❹ 参拝者も、畏敬の念を持って神社仏閣へ参拝し、境内で気持ちを高める様々な儀式「参道を歩き、手水舎で手を清め、鈴振り、二礼二拍手一礼・合掌など」を行う。

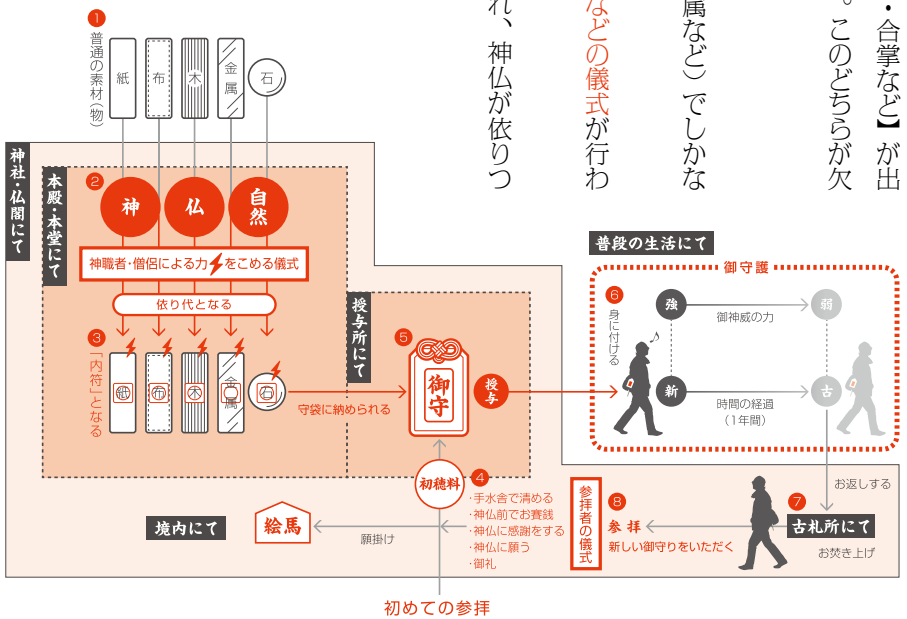
❺ 神仏の依り代が納められた御守りを参拝者が拝受する。

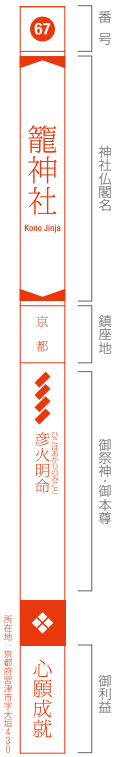
❻ 神仏に守っていただいている時間を過ごす。

❼ 時間の経過とともに神仏の力が弱まっていくため、一定の期間をもって御守りをお返しする。その後お焚き上げとなる。

❽ 新たな想いで、新たな御守りをいただく。

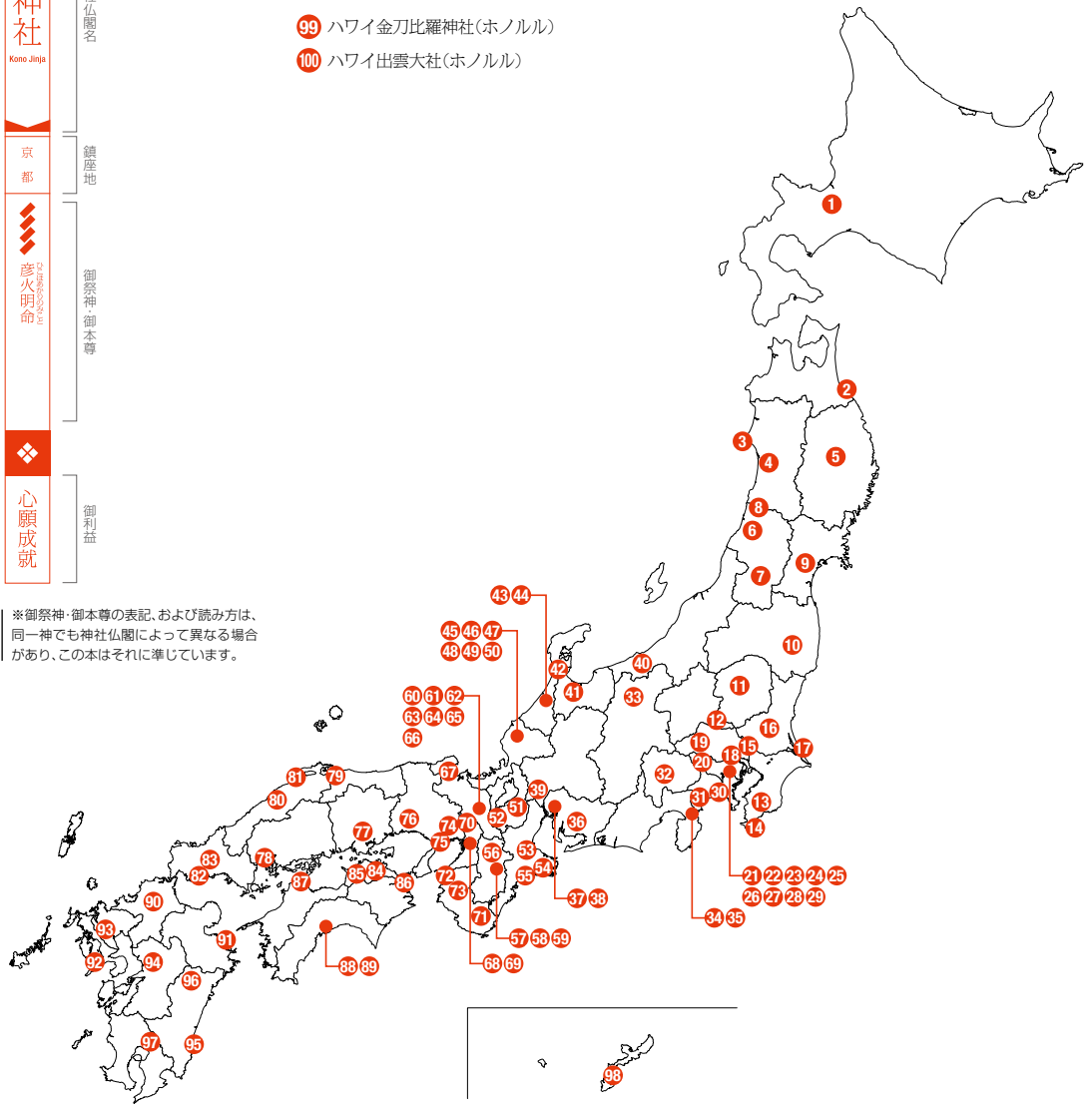
❶〜❽が1年周期で繰り返される。





※御祭神・御本尊の表記、および読み方は、同一神でも神社仏閣によって異なる場合があり、この本はそれに準じています。

99 ハワイ金刀比羅神社(ホノルル)
100 ハワイ出雲大社(ホノルル)



オマモニアが選ぶ「御守り百選」

67 籠神社(京都府)
68 道明寺天満宮(大阪府)
69 住吉大社(大阪府)
70 吉川八幡神社(大阪府)
71 熊野本宮大社(和歌山県)
72 淡嶋神社(和歌山県)
73 伊太祁曽神社(和歌山県)
74 多田神社(兵庫県)
75 甲子園素盞嗚神社(兵庫県)
76 廣峯神社(兵庫県)
77 吉備津神社(岡山県)
78 嚴島神社(広島県)
79 妖怪神社(鳥取県)
80 物部神社(島根県)
81 出雲大社(島根県)
82 琴崎八幡宮(山口県)
83 豊榮神社(山口県)
84 田村神社(香川県)
85 善通寺(香川県)
86 忌部神社(徳島県)
87 大山祇神社(愛媛県)
88 高知県護国神社(高知県)
89 山内神社(高知県)
90 太宰府天満宮(福岡県)
91 早吸日女神社(大分県)
92 山王神社(長崎県)
93 陶山神社(佐賀県)
94 阿蘇神社(熊本県)
95 青島神社(宮崎県)
96 高千穂神社(宮崎県)
97 霧島神宮(鹿児島県)
98 波上宮(沖縄県)

34 來宮神社(静岡県)
35 伊豆山神社(静岡県)
36 龍城神社(愛知県)
37 伊奴神社(愛知県)
38 熱田神宮(愛知県)
39 南宮大社(岐阜県)
40 林泉寺(新潟県)
41 射水神社(富山県)
42 氣多大社(石川県)
43 石浦神社(石川県)
44 神明宮(石川県)
45 福井県護国神社(福井県)
46 柴田神社(福井県)
47 藤島神社(福井県)
48 毛谷黒龍神社(福井県)
49 神明神社(福井県)
50 足羽神社(福井県)
51 日牟禮八幡宮(滋賀県)
52 近江神宮(滋賀県)
53 伊勢神宮 外宮(三重県)
54 石神さん(三重県)
55 頭之宮四方神社(三重県)
56 奈良県護国神社(奈良県)
57 大神神社(奈良県)
58 石上神宮(奈良県)
59 談山神社(奈良県)
60 石清水八幡宮(京都府)
61 下鴨神社(京都府)
62 安井金比羅宮(京都府)
63 藤森神社(京都府)
64 車折神社(京都府)
65 護王神社(京都府)
66 飛行神社(京都府)

1 北海道神宮(北海道)
2 蕪嶋神社(青森県)
3 真山神社(秋田県)
4 古四王神社(秋田県)
5 盛岡八幡宮(岩手県)
6 出羽三山神社(山形県)
7 熊野神社(山形県)
8 鳥海山大物忌神社(山形県)
9 金蛇水神社(宮城県)
10 福島稲荷神社(福島県)
11 日光二荒山神社(栃木県)
12 雷電神社(群馬県)
13 天津神明宮(千葉県)
14 高家神社(千葉県)
15 櫻木神社(千葉県)
16 常陸国総社宮(茨城県)
17 鹿島神宮(茨城県)
18 鎮守氷川神社(埼玉県)
19 三峯神社(埼玉県)
20 武蔵御嶽神社(東京都)
21 愛宕神社(東京都)
22 明治神宮(東京都)
23 乃木神社(東京都)
24 日枝神社(東京都)
25 今戸神社(東京都)
26 小野照崎神社(東京都)
27 東京大神宮(東京都)
28 浅草寺(東京都)
29 根津神社(東京都)
30 稲毛神社(神奈川県)
31 川崎大師(神奈川県)
32 武田神社(山梨県)
33 戸隠神社(長野県)

53 伊勢神宮 外宮

Ise Jingu Geku

三重

豊受大御神（とようけのおおかみ）

開運招福

「開運鈴守」と呼ばれる外宮のみで授与されている御守り。内宮の御守りは正統派で定形が多いが、外宮は個性的でオリジナル性の高い御守りが多く見られる。この勾玉型もその一つで、左右アシンメトリーであるにも関わらず、完成度が高く非常に美しく高貴である。他にも3色（白、紫、桃色）あるが、どれも魅力的な配色で構成されている。

所在地：三重県伊勢市豊川町279

54 石神さん（神明神社境内社）

Ishigami San (Shinmei Jinja)

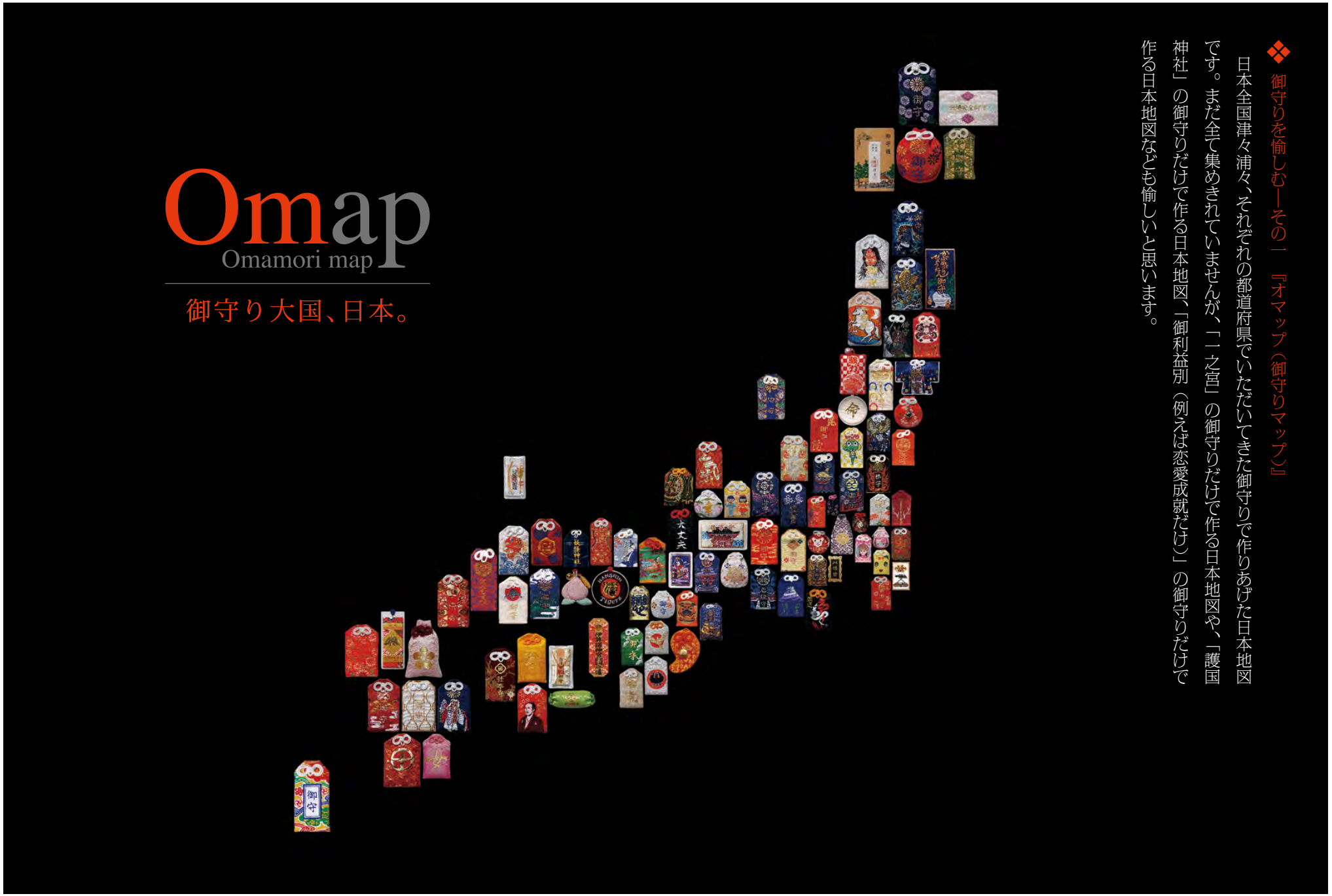
三重

玉依姫之命（たまよりひめのみこと）

大願成就

「女性の願いを必ず一つは叶えてくれる」ことで有名。古来より海女さんが信仰してきたお社の御守り。麻の生地を志摩の土で染めあげることで色褪せを抑える土染め麻に、貝紫色で文字を書き出した手作りの御守りである。故に、1体1体の形や色味が異なる。裏面には、網線（ドーマン）（網目は魔物が避ける）と星（セーマン）（一筆書きで「海に潜っても必ず戻れる」の意味がある）の紋が入る。

所在地：三重県鳥羽市相差町1385



❖御守りを愉しむ―その一『オマップ（御守りマップ）』

日本全国津々浦々、それぞれの都道府県でいただいてきた御守りで作りあげた日本地図です。まだ全て集めきれていませんが、「一之宮」の御守りだけで作る日本地図や、「護国神社」の御守りだけで作る日本地図、「御利益別（例えば恋愛成就だけ）」の御守りだけで作る日本地図なども愉しいと思います。