

【調査】恵方と恵方行事  
「恵方」の認知度88%  
行う節分の風習「恵方巻き」77%、「恵方詣り」は13%  
専門家が教える「恵方詣りって何？」

お正月が終わると百貨店やスーパー、コンビニエンスストアなどで「恵方巻きご予約承り中」などと書かれたポスターやCMを目にしたいと思います。そこで、設計に風水・家相を取り入れている一級建築士の八納啓創が代表を務める株式会社G proportion アーキテクトは、家相に興味があるまたは家相を気にしている30歳以上の男女全国835人を対象に「恵方と恵方行事」について調査いたしました。

**【調査概要】**

調査期間：2022年1月6日～7日

調査手法：インターネット調査

調査地域：全国

調査対象：家相に興味があるまたは家相を気にしている30歳以上の男女

サンプル数：835人（内訳：男性 90人、女性 745人）

※本リリースの調査結果をご利用いただく際は、「株式会社 G proportion アーキテクト 調べ」とご明記ください。

本リリースに関するお問い合わせ先

株式会社 G proportion アーキテクト 担当：八納（やのう）  
E-mail：info@keizo-office.com TEL：082-207-0888



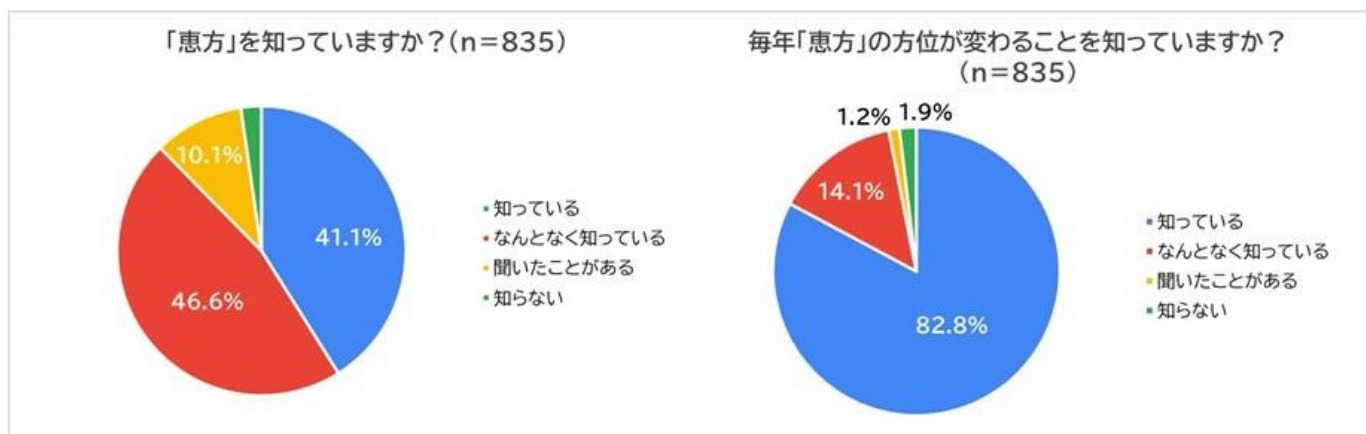
## NEWS RELEASE

### 【調査結果】

#### ■「恵方」の認知度は87.7%

今から30年程前に某コンビニエンスストアのオーナーが、節分に太巻きを食べるという縁起のいい風習を「恵方巻き」として売出したのが「恵方巻き」の始まりと言われていますが、そもそも「恵方」という言葉は一般的に知られているのか聞いてみました。「知っている」(41.1%)、「なんとなく知っている」(46.6%)、「聞いたことがある」(10.1%)、「知らない」(2.3%)となり、87.7%の人がそれなりに知っていることがわかりました。

「知っている」または「なんとなく知っている」と回答した人に、「恵方」の方位が毎年変わることを知っているか聞いたところ、82.8%の人が「知っている」と回答。「なんとなく知っている」(14.1%)を含めるとほとんどの人が知っていることもわかりました。

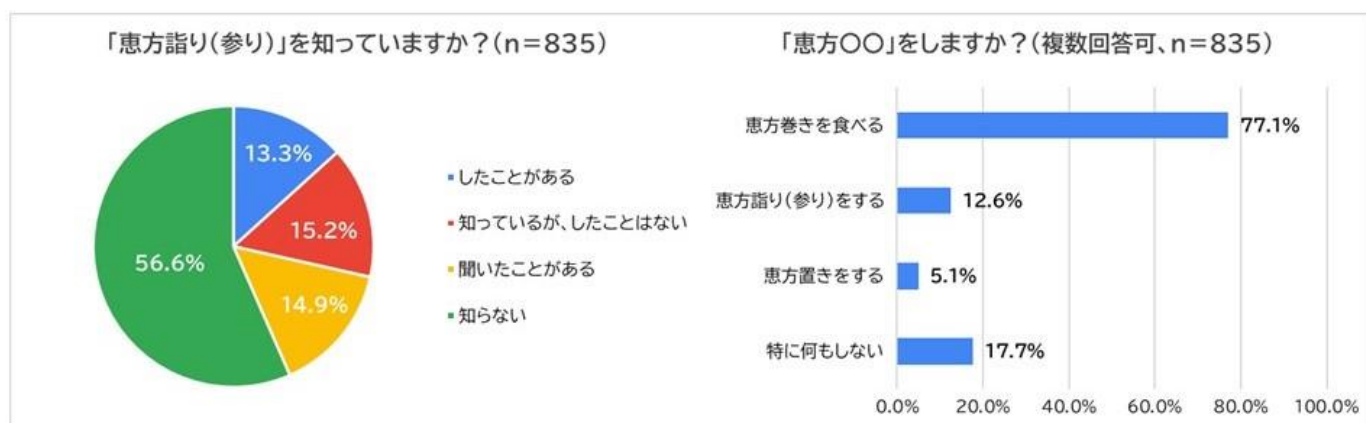


#### ■「恵方巻き」は節分の恒例行事

次に「恵方詣り(参り) ※1」を知っているか聞きました。「知らない」(56.6%)が最多となりましたが、「したことがある」(13.3%)、「知っているが、したことはない」(15.2%)、「聞いたことがある」(14.9%)いました。

※1「お詣り」は神社、「お参り」はお寺に対して使いますが、以下「お詣り」で統一します。

最後に「恵方〇〇」をするか聞きました。節分の風習として認知されているせいか「恵方巻きを食べる」(77.1%)が断トツで多く、「恵方詣り」(12.6%)、「恵方置きをする」(5.1%)は少数、「特に何もしない」も17.7%いました。



本リリースに関するお問い合わせ先  
 株式会社 G proportion アーキテツ 担当：八納（やのう）  
 E-mail : info@keizo-office.com TEL : 082-207-0888



## 【家相を取り入れた家づくりを行う建築のプロ・八納 啓創（やのう けいぞう）が解説！】

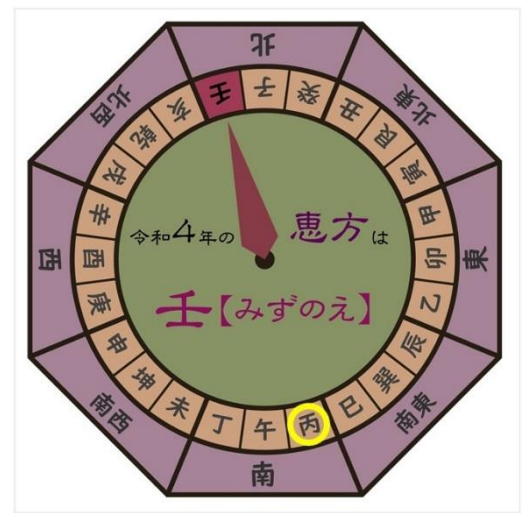
### ■ 宇宙のパワーと繋がるための古来の正月行事「恵方詣り」

「1年の計は元旦にあり」ということわざがあるように、新しい年の決意を年初めの元旦に立て、初詣に行く人は多いです。家相では旧暦を基本としているので、新年やその年の運気が切り替わる節分（立春）が正月にあたります。そして、この時期に宇宙のパワーが満ちている方位「恵方」の神社やお寺にお詣りすることを「恵方詣り」と言い、宇宙のパワーと繋がるための古来の正月行事の1つです。もうすぐ節分ですので、今年はぜひ恵方詣りしてみてください。

#### 1. 2022年の恵方詣り（参り）の恵方&時期

節分は2月3日。この日から1週間以内（2月9日まで）に、自宅から750m以上離れた恵方「壬（みずのえ）」（ほぼ北北西）にある神社・仏閣に恵方詣りします。壬は、北西に近い北10度（北30度を3分割して一番北西に近い北10度）です。但し、お稲荷さん、お墓だけのお寺は除いてください。750m以上先に海などがある人はその先の陸地まで探してください。自宅から方位確認には「あちこち方位」

（<https://h200.com/houi1/>）が便利です。



#### 2. 恵方詣りの仕方（神社編）

- ①鳥居をくぐる前に一礼。参道の中央は神様の通り道と考えられているため、左端を歩く
- ②手水舎で手と口を清める
- ③拝殿に着いたらお賽銭を入れ、鈴や鐘があったら鳴らす
- ④二拝二拍手
- ⑤氏名・生年月日・住所述べる
- ⑥今年の決意を述べる
- ⑦「天上天下唯我独尊」ポーズをします（右手の人差し指で「天」を、左手の人差し指で「地」を指す。人がいて恥ずかしい時は、胸元でそれぞれ指を指すだけでも可）
- ⑧⑦をしながら、3つの言葉を唱える
  - ・私にチャンスください
  - ・私にチャンスに気づく智慧ください
  - ・私にチャンスをおぼむ勇気ください
- ⑨一拝



（「天上天下唯我独尊」ポーズ）

#### 3. 恵方参りの仕方（お寺編）

- ①山門の前で合唱と一礼。山門をくぐる時、敷居を踏まないようにする
- ②手水舎で手と口を清める
- ③本堂に着いたらお賽銭を入れ、焼香台があれば、焼香を行う
- ④合掌しながら一礼
- ⑤「恵方詣り（神社編）」の⑤・⑥を行う

本リリースに関するお問い合わせ先

株式会社 G proportion アーキテクト 担当：八納（やのう）  
E-mail : [info@keizo-office.com](mailto:info@keizo-office.com) TEL : 082-207-0888





## NEWS RELEASE

### 4. 恵方置き

恵方詣りの効果を上げると言われている「恵方置き」もすると良いでしょう。家の中心に方位磁石を置いて、恵方とは反対方位にその年の恵方を象徴するものを置いたり飾ったりします。2022年の恵方は壬なので、反対方位は「丙（ひのえ）」（ほぼ南南東）になります。丙は、南東に近い南10度（南30度を3分割して一番南東に近い南10度）です。2022年はこちらの方位の壁に書道など墨汁で書いたものを飾りましょう。

### 5. 追い詣り

夏至冬至に恵方詣りした神社やお寺への「追い詣り（お礼詣り）」も忘れずにしましょう。お詣りは通常の作法で大丈夫です。追い詣りすることで、恵方詣りのエネルギーが持続的に使えると言われています。

### 【八納 啓創（やのう けいぞう）プロフィール】

一級建築士。

株式会社G proportion アーキテクト代表取締役。

「孫の代に誇れる建築環境をつくり続ける」を100年ビジョンに、一般建築ではデザイン性と省エネ性能、快適性を追求。住宅設計では、「笑顔があふれる住環境の提供」をコンセプトに、年齢層は20代から80代、会社員から経営者、作家など幅広い層の住宅や施設設計に携わる。これらの経験から、建築環境が使う人を幸せにも不幸にもする事実を知り、デザイン性＋省エネ建築に家相を取り入れた家づくりを行っており、実績は120軒以上。また、これまで携わってきた公共・商業建築設計の経験と住環境ノウハウを活かして、商業建築プロジェクトや建物環境再生による商業施設の活性化プロジェクト等にも関わっている。

著書に『年間20棟以下の工務店が武器にしたい「風水」アフターコロナを生き抜く経営戦略』（Kindle）、『なぜ一流の人は自分の部屋にこだわるのか？』（KADOKAWA）、『「住んでいる部屋」で運命は決まる！心も空間も、スッキリさせる方法』（三笠書房）、『住む人が幸せになる家の作り方』（サンマーク出版）、『わが子を天才に育てる家』（PHP研究所）がある。

自身が運営するYouTubeチャンネル「幸運すまいチャンネル」では、住む人が幸せになるコンテンツを毎日配信している。「幸運すまいチャンネル」URL：[https://www.youtube.com/channel/UCEdcHQhfWM3Lyz-Lpt0\\_c4g/](https://www.youtube.com/channel/UCEdcHQhfWM3Lyz-Lpt0_c4g/)



### 【会社概要】

商号：株式会社G proportion アーキテクト

所在地：広島県広島市南区翠4-9-13

代表者：代表取締役社長 八納 啓創

設立：2007年2月

事業内容：住宅の企画・設計・管理、幼保施設・福祉施設の企画・設計・管理、高断熱高気密化を図った住宅・施設設計、快適な住環境の探求・コンサルティング、店づくりのコンサルタント及びデザイン、セミナー講演・執筆活動、合法民泊の運営及びノウハウプロデュース  
電話番号：082-207-0888

連絡先：[info@keizo-office.com](mailto:info@keizo-office.com)

URL：<https://www.keizo-office.com/>

本リリースに関するお問い合わせ先

株式会社 G proportion アーキテクト 担当：八納（やのう）  
E-mail：[info@keizo-office.com](mailto:info@keizo-office.com) TEL：082-207-0888