

節慶與祭典

宗像大社全年都會舉行各式祭典和儀式，新年是最熱鬧的時節之一。每年 12 月 31 日，從午夜開始就會有數萬人匯集於此，為新的一年祈福。宗像三女神自古就是守護海上航線與所有旅途交通的神明，因此前來參拜祈求免遭車禍的人尤其之多。

宗像大社春季大祭

春季大祭於每年 3 月 31 日至 4 月 2 日舉辦。期間，宗像大社向神明祈禱出入平安、繁榮興旺與五穀豐登，並由神社巫女（侍奉神明的未婚女性）身穿精美的「十二單衣」（12 層和服）跳舞祭神。

七夕祭

每年 8 月 7 日是大島中津宮的七夕祭，而日本其他地區的七夕節多為 7 月 7 日。據說中津宮是日本最初舉辦七夕祭的地方。日本的七夕與源自中國的七夕傳說不同，是關於天帝之女織姬和牛郎彥星之間的愛情故事，織女星與牽牛星是他們的象徵。兩人婚後怠忽職守，天帝一怒之下禁止夫妻相見，將二人分隔於銀河兩岸。幸而最終天帝心軟，允許他們每年七月初七相會，即為七夕。在節日前一週，大島便開始張燈結綵，中津宮內也裝飾起雕刻精美的竹燈籠。

宗像大社秋季大祭

每年 10 月最初 3 天舉行的秋季大祭，是敬拜宗像三女神的祭典，也是宗像大社一年中規模最大、最重要的活動。秋季大祭從 10 月 1 日邊津宮舉辦的「御阿禮祭」開始，屆時居住在小島上的兩位女神會在大約 150 艘漁船的護衛下，乘坐神轎被迎回九州本島拜訪小妹「市杵島姬神」。這天海面上漁船彩旗飄揚，場面非常壯觀。神官們會舉行迎神儀式，巫女們則身著華服跳起精緻優雅的舞蹈。10 月 2 日，邊津宮內舉行流鏑馬活動（為敬神的騎射表演）。10 月 3 日傍晚舉行「高宮神奈備祭」，在傳說中三位女神下凡的高宮祭場上的祭神舞中，秋季大祭落下帷幕。

西日本菊花大會

宗像大社於 11 月 1 日至 11 月 22 日舉辦菊花大會。期間，神社內將展出約 3000 盆菊花。這是西日本規模最大的菊花展，日落後仍可在燈下賞菊。菊花培植者以富有創意的形式與繽紛的色彩展示他們的珍品。菊花大會正好與每年 11 月 15 日的「七五三」兒童節重合，所以神社裡會有許多 3 歲、7 歲的女孩與 5 歲男孩身著和服，在家人陪同下祈禱健康長壽。