

〔百人一首シリーズ〕 リズムを味わおう1(春・その①)

年 組 氏名

百人一首に収められている歌は和歌と呼ばれるもので、この和歌は、日本文学の中で最も長い伝統を持つものです。リズムを楽しみながら、一首でも多く覚えてみましょう。

- ①一首ずつ声に出して読み、五／七／五／七／七というように区切ってみよう。
- ②なぞり書きをしながら覚えてみよう。

小野小町

☆花の色は移りにけりないたづらに我が身世にふるながめせしまに

はなのいろはうつりにけりないたづらにわがみよにふる  
ながめせしまに

光孝天皇

☆君がため春の野に出でて若菜摘むわが衣手に雪は降りつつ

きみがためはるののいでてわかなつむわがころもでに  
ゆきはふりつつ

紀友則

☆ひさかたの光のどけき春の日にしづ心なく花の散るらむ

ひさかたのひかりのどけきはるのひにしづこころなく  
はなのちるらむ

[百人一首シリーズ] リズムを味わおう1(春・その①)

年 組 氏名

百人一首豆知識

和歌とは、五七五七七の三十一文字で作る短歌のことです。  
和歌のことを「みそひともじ」とも言います。

「春」・・・[陰暦]一月～三月(立春から立夏の前日まで)

解答

小野小町

花の色は／移りにけりな／いたづらに／我が身世にふる／ながめせし  
まに

(訳)美しく咲き誇る桜の花びらも、すっかり色あせてしまい、私の容姿も衰えてしまったわ。春の長雨をただぼんやり眺めている間に。

光孝天皇

君がため／春の野に出でて／若菜摘む／わが衣手に／雪は降りつつ

(訳)いとしいあなたのためにと、春の野に出て若菜を摘んでいる私の着物の袖に、雪がしきりに降り続けているよ。

紀友則

ひさかたの／光のどけき／春の日に／しづ心なく／花の散るらむ

(訳)こんななのどかな光がさす春の日にどうして桜は落ち着いた気持ちもなく散っているのだろう。

〔百人一首シリーズ〕 リズムを味わおう2(春・その②)

年 組氏名

百人一首に収められている歌は和歌と呼ばれるもので、この和歌は、日本文学の中で最も長い伝統を持つものです。リズムを楽しみながら、一首でも多く覚えてみましょう。

①一首ずつ声に出して読み、五／七／五／七／七というように区切ってみよう。

②なぞり書きをしながら覚えてみよう。

紀貫之

☆人はいさ心も知らず古里は花ぞ昔の香にほひける

ひとはいさころもしらずふるさとははなぞおかし  
のかにほひける

伊勢大輔

☆いにしへの奈良の都の八重桜けふ九重にほひぬるかな

いにしへのならのみやこのやえざくらけふこのえ  
にほひぬるかな

権中納言匡房

☆高砂の尾上の桜咲きにけり外山の霞立たずもあらなむ

たかさごのおのへのさくらさきにけりとやまのかす  
みたたずもあらなむ

〔百人一首シリーズ〕 リズムを味わおう2(春・その②)

年 組 氏名

百人一首豆知識

はじめの五七五を上句、あとの七七を下句と言います。

解答

紀貫之

人はいさ／心も知らず／古里は／花ぞ昔の／香にほひける

(訳) 人においては、さあ、その心は分からない。しかし、昔なじみのこの里においては、梅の花だけは変わらない香りで咲きにおっているなあ。

伊勢大輔

いにしへの／奈良の都の／八重桜／けふ九重に／にほひぬるかな

(訳) 昔の奈良の都で咲いていた八重桜は、今日はこの宮中で美しくさいているよ。

権中納言匡房

高砂の／尾上の桜／咲きにけり／外山の霞／立たずもあらなむ

(訳) 高い山の峰の桜が咲きました。近く山の霞よ、この桜を隠さないで、どうか立たないでおくれ。

〔百人一首シリーズ〕 リズムを味わおう3(夏)

年 組 氏名

百人一首に収められている歌は和歌と呼ばれるもので、この和歌は、日本文学の中で最も長い伝統を持つものです。リズムを楽しみながら、一首でも多く覚えてみましょう。

①一首ずつ声に出して読み、五／七／五／七／七というように区切ってみよう。

②なぞり書きをしながら覚えてみよう。

持統天皇  
☆春過ぎて夏来にけらし白妙の衣ほすてふ天の香具山

はるすぎてなつきにけらししろたえのころもほす  
てふあまのかぐやま

清原深養父  
☆夏の夜はまだ宵ながら明けぬるを雲のいづこに月宿るらむ

なつのよはまだよいながらあけぬるをくものいづ  
こにつきやどるらむ

後徳大寺左大臣  
☆ほととぎす鳴きつる方をながおればただ有明の月ぞ残れる

ほととぎすなきつるかたをながおればただありあ  
けのつきぞのこれる

従二位家隆  
☆風そよぐならの小川の夕ぐれはみそぎそ夏のしるしなりける

かぜそよぐならのおがわのゆうぐれはみそぎそな  
つのしるしなりける

## [百人一首シリーズ] リズムを味わおう3(夏)

年 組 氏名

## 百人一首豆知識

昔の人は、この和歌の三十一文字の中にたくさんの気持ちを詠みました。素晴らしい景色を見たときの感動や恋する気持ち、失恋の悲しみなど人間のいろいろな気持ちを込めているのです。

夏・・・〔陰曆〕四月～六月（立夏から立秋の前日まで）。

## 解答

持統天皇  
春過ぎて / **夏来にけらし** / 白妙の / 衣ほすてふ / 天の香具山

(訳) もう春は過ぎて、**夏**が来たようだ。夏になると見える白い衣を干すという言い伝え通りに、天香具山のふもとに白い衣が干してあるのが見えることよ。

清原深養父  
**夏の夜**は / まだ宵ながら / 雲のいづこに / 月宿るらむ

(訳) 夏の夜は短いから、まだ宵だと思っているうちに、もう明けう。しまったが、これでは月はいったい雲のどのあたりに宿るのだらう。

後徳大寺左大臣  
**ほととぎす** / 鳴きつる方を / ながむれば / ただの有明の / 月が残れる

(訳) **ほととぎす**の鳴いた方角を見ると、その姿はもうなくて、ただ有明(夜明け)の月だけが残っている。

従二位家隆  
風そよぐ / ならの小川の / タぐれば / **みそぎそ夏**の / しるしなりける

(訳) 風が榎の木を吹いているならの小川の夕暮れはもう秋の気配だが、水無月被えがまだ夏であることを示している。

[百人一首シリーズ] リズムを味わおう4(秋・その①)

年 組 氏名

百人一首に収められている歌は和歌と呼ばれるもので、この和歌は、日本文学の中で最も長い伝統を持つものです。リズムを楽しみながら、一首でも多く覚えてみましょう。

①一首ずつ声に出して読み、五／七／五／七／七というように区切ってみよう。

②なぞり書きをしながら覚えてみよう。

天智天皇  
☆秋の田のかりほの庵の苦を粗みわが衣手は露にぬれつつ

あきのたのかりほのいおのとまをあらみわがころも  
ではつゆにぬれつつ

猿丸大夫  
☆奥山に紅葉踏み分け鳴く鹿の声聞くとときぞ秋はかなしき

おくやまにもみぢふみわけなくしかのこえきくとき  
ぞあきはかなしき

在原業平朝臣  
☆ちはやぶる神代も聞かず竜田川からくれなゐに水くくるとは

ちはやぶるかみよもきかずたつたがわからくれなゐ  
にみずくくるとは

文屋康秀  
☆吹くからに秋の草木のしをるればむべ山風をあらしといふらむ

ふくからにあきのくさきのしをるればむべやまかぜ  
をあらしといふらむ

## 〔百人一首シリーズ〕 リズムを味わおう4(秋①)

年 組 氏名

百人一首豆知識：百人一首の始まり  
藤原定家が中院山荘の障子（ふすま）に書く歌を選んでほしいと知人に頼まれ、小倉山のふもとにある自分の山荘にこもり百人の歌を選びました。

秋・・・〔陰暦〕七月～九月（立秋から立冬の前日まで）。

## 解答

天智天皇  
秋の田の／かりほの庵の／苔を粗み／わが衣手は／露にぬれつつ

（訳）秋の田のほとりの小屋で夜を明かすと、困いの苔の目が粗いで、着物の袖が露でずっと濡れてしまっている。

☆猿丸大夫  
☆奥山に／紅葉踏み分け／鳴く鹿の／声聞くとときぞ／秋はかなしき

（訳）山奥で紅葉を踏み分けながら鹿の鳴き声を聞いていると、秋のかなしさがいつそう強く感じられることだ。

☆在原業平朝臣  
☆ちはやぶる／神代も聞かず／竜田川／からくれなゐに／水くくるとは

（訳）はるか昔の神の代でも、聞いたことがない。竜田川が紅葉を浮かべて真っ赤に水をしぼり染にしているなどということは。

☆文屋康秀  
☆吹くからに／秋の草木の／しをるれば／むべ山風を／あらしといふらむ

（訳）風が吹くと山の草木がすぐ色あせるので、山風のことを嵐とよぶのだらう。



[百人一首シリーズ] リズムを味わおう5(秋・その②)

年 組 氏名

百人一首に収められている歌は和歌と呼ばれるもので、この和歌は、日本文学の中で最も長い伝統を持つものです。リズムを楽しみながら、一首でも多く覚えてみましょう。

①一首ずつ声に出して読み、五／七／五／七／七というように区切ってみよう。

②なぞり書きをしながら覚えてみよう。

大江千里  
☆月見れば千々に物こそかなしけれわが身ひとつの秋にはあらねど

つきみればちぢにもこのそかなしけれわがみひとつ  
のあきにはあらねど

凡河内躬恒  
☆心あてに折らばや折らむ初霜の置きまどはせる白菊の花

こころあてにおらばやおらむはつしものおきまどは  
せるしらきくのはな

春道列樹  
☆山河に風のかけたるしがらみは流れもあへぬ紅葉なりけり

やまかわにかぜのかけたるしがらみはながれもあへ  
ぬもみぢなりけり

文屋朝康  
☆白露に風の吹きしく秋の野はつらゆきとめぬ玉ぞ散りける

しらつゆにかぜのふきしくあきのはつらゆきとめ  
ぬたまぞちりける

## 〔百人一首シリーズ〕 リズムを味わおう5(秋・その②)

年 組 氏名

## 百人一首豆知識

定家は、天智天皇（平安時代）から順徳院（鎌倉時代）の約六〇〇年にわたる時代の歌人の歌から百首選び出しました。

## 解答

大江千里  
月見れば / 千々に物こそ / かなしけれ / わが身ひとつの / 秋にあらねど

（訳）月を眺めていると、物事についていろいろと悲しさが感じられる。

凡河内躬恒  
心あてに / 折らばや折らむ / 初霜の / 置きまどはせる / 白菊の花

（訳）あて推量で折るなら折ってみようか。初霜が一面に真っ白に降りて、どれが花やら霜やら分からなくなっている白菊の花を。

春道列樹  
山河に / 風のかけたる / しがらみは / 流れもあへぬ / 紅葉なりけり

（訳）山の中を流れる谷川に、風がつくったせきは、たくさん散り込んで流れることもできずにたまっている紅葉だったのだな。

文屋朝康  
白露に / 風の吹きしく / 秋の野は / つらゆきとめぬ / 玉ぞ散りける

（訳）草の葉に降りた白露に風がしきりに吹く秋の野では、まるでしっかりと糸で貫き止めていない玉が散るように、露が散っているな。

〔百人一首シリーズ〕 リズムを味わおう6(秋・その③)

年 組 氏名

百人一首に収められている歌は和歌と呼ばれるもので、この和歌は、日本文学の中で最も長い伝統を持つものです。リズムを楽しみながら、一首でも多く覚えてみましょう。

①一首ずつ声に出して読み、五／七／五／七／七というように区切ってみよう。

②なぞり書きをしながら覚えてみよう。

患慶法師  
☆八重むぐら茂れる宿のさびしきに人こそ見えね秋は来にけり

やえむぐらしげれるやどのさびしきにひとこそみ  
えねあきはきにけり

能因法師  
☆嵐吹く三室の山のもみち葉は竜田の川の錦なりけり

あらしふくみむろのやまのもみぢばはたつたのかわ  
のにしきなりけり

良運法師  
☆さびしさに宿を立ちいでてながむればいづくも同じ秋の夕暮

さびしさにやどをたちいでてながむればいづくもお  
なじあきのゆうぐれ

大納言経信  
☆夕されば門田の稲葉おとづれて蘆のまるやに秋風ぞ吹く

ゆうさればかどたのいなばおとづれてあしのまるや  
にあきかぜぞふく

## 〔百人一首シリーズ〕 リズムを味わおう6(秋・その③)

年 組 氏名

## 百人一首豆知識

百人一首の歌はほぼ年代順に並べられています。  
百首のうち恋の歌が四十三首と最も多く、季節では春が六首、夏が四首、秋が十六首、冬が六首あります。秋が一番多くなっています。その他、雑歌・羈旅(旅)・別離(別れ)の歌があります。

## 解答

惠慶法師  
八重むぐら / 茂れる宿の / さびしきに / 人こそ見えね / 秋は来にけり

(訳) いくえにもむぐらの雑草が生い茂っているこの院は寂しいので、誰も訪ねて来ないけれど、秋だけはいつものようにやって来たのだなあ。

能因法師  
嵐吹く / 三室の山の / もみぢ葉は / 竜田の川の / 錦なりけり

(訳) 山の風に吹き散らされる三室山の紅葉の葉は、竜田川の水面一面に浮かんでいる。竜田川が織りなす錦の織物のようだなあ。

良暹法師  
さびしさに / 宿を立ちいでて / ながおれば / いづくも同じ / 秋の夕暮

(訳) あまりのさみしさに耐えられなくて、庵を出て辺りを見渡してみると、どこのかしこも同じようにさみしい秋の夕暮れだあ。

大納言経信  
タされば / 門田の稲葉 / おとづれて / 蘆のまろやに / 秋風ぞ吹く

(訳) 夕暮れになると、家の門の前にある田の稲葉がさやさやと音を立てて、蘆の葉でふいた粗末な家にも秋風が吹いてくることだな。

## 〔百人一首シリーズ〕 リズムを味わおう7(秋・その④)

年 組 氏名

百人一首に収められている歌は和歌と呼ばれるもので、この和歌は、日本文学の中で最も長い伝統を持つものです。リズムを楽しみながら、一首でも多く覚えてみましょう。

①一首ずつ声に出して読み、五／七／五／七／七というように区切ってみよう。

②なぞり書きをしながら覚えてみよう。

左京大夫顕輔  
☆秋風にたなびく雲の絶え間よりもれ出づる月の影のさやけさ

あきかぜにたなびくものたえまよりもれいづるつきの  
かげのさやけさ

寂蓮法師  
☆村雨の露もまだひぬまきの葉に霧立ちのぼる秋の夕暮れ

むらさめのつゆもまだひぬまきのはにきりたちのぼる  
あきのゆうぐれ

後京極摂政前太政大臣  
☆きりぎりす鳴くや霜夜のさむしろに衣かたしきひとりかも寝む

きりぎりすなくやしものさむしろにころもかたしきひ  
とりかも寝む

文屋朝康  
☆白露に風の吹きしく秋の野はつらゆきとめぬ玉ぞ散りける

しらつゆにかぜのふきしくあきのはつらゆきとめぬた  
まぞちりける

## [百人一首シリーズ] リズムを味わおう7(秋・その④)

年 組 氏名

## 百人一首豆知識

小倉百人一首に収められている和歌は、古今和歌集（24首）、新古今和歌集（14首）、それ以外の勅撰和歌集（天皇・上皇の命令でできた和歌集）から選ばれたものです。

## 解答

左京大夫 顕輔  
秋風に / たなびく雲の / 絶え間より / もれ出づる月の / 影のさやけさ

（訳）秋風に吹かれたたなびいて、細く流れていく雲の間からもれ出る月の光は、何とまあ明るく澄み切っていることか。

寂蓮法師  
村雨の / 露もまだひぬ / まきの葉に / 霧立ちのぼる / 秋の夕暮れ

（訳）にわか雨が通り過ぎ、露のしずくがまだ乾いていない真木の葉に、霧が立ちのぼっている秋の夕暮れだるよ。

後京極 摂政前太政大臣  
きりぎりす / 鳴くや霜夜の / さむしるに / 衣かたしき / ひとりかも寝む

（訳）こおるぎが鳴いている霜夜の、寒々としたむしるに、私は自分の片方の袖を敷いて一人寝るのかなあ。

文屋 朝康  
白露に / 風の吹きしく / 秋の野は / つらゆきとめぬ / 玉ぞ散りける

（訳）草の葉に降りた白露に風がしきりに吹く秋の野では、まるでしっかりと糸で貫き止めていない玉が散るように、露が散っているな。

## 〔百人一首シリーズ〕 リズムを味わおう8(冬)

年 組 氏名

百人一首に収められている歌は和歌と呼ばれるもので、この和歌は、日本文学の中で最も長い伝統を持つものです。リズムを楽しみながら、一首でも多く覚えてみましょう。

①一首ずつ声に出して読み、五／七／五／七／七というように区切ってみよう。

②なぞり書きをしながら覚えてみよう。

山部赤人  
☆田子の浦にうち出でてみれば白妙の富士のたかねに雪は降りつつ

たごのうらにうちいでてみればしろたへのふじ  
のたかねにゆきはふりつつ

中納言家持  
☆かささぎの渡せる橋に置く霜の白きを見れば夜ぞふけにける

かささぎのわたせるはしにおくしものしろきを  
みればよぞふけにける

源宗千朝臣  
☆山里は冬ぞさびしさまさりける人目も草もかれぬと思へば

やまざとはふゆぞさびしさまさりけるひとめも  
くさもかれぬとおもへば

坂上是則  
☆朝ぼらけ有明の月と見るまでに吉野の里に降れる白雪

あさぼらけありあけのつきとみるまでによしの  
のさとにふれるしらゆき

権中納言定頼  
☆朝ぼらけ宇治の川霧たえだえにあらはれわたる瀬々のあじろ木

あさぼらけうじのかはぎりたえだえにあらはれ  
わたるせぜのあじろぎ

源兼昌  
☆淡路島かよふ千鳥のなく声にいく夜ねざめぬ須磨の関守

あわじしまかよふちどりのなくこえにいくよね  
ざめぬすまのせきもり

## [百人一首シリーズ] リズムを味わおう8(冬)

年 組 氏名

## 百人一首豆知識

百人一首には日本各地の名所・旧跡が読み込まれています。歌枕といえます。

☆田子の浦・・・駿河（静岡県） ☆吉野・・・大和（奈良県）

☆宇治・・・山城（京都府）現在の宇治市。 ☆淡路島・・・兵庫県淡路島

## 解答

山部赤人  
 田子の浦に／うち出でてみれば／白妙の／富士のたかねに／雪は降りつ

（訳）田子の浦の海岸に出て、遙か彼方を見渡してみると、富士山の山頂に雪が真つ白く降り続いていることだ。

中納言家持  
 かささぎの／渡せる橋に／置く霜の／白きを見れば／夜ぞふけにける

（訳）かささぎが翼を広げて橋を渡したという天の川。その冬の夜空にかかる橋に霜が降りたように白く見えるが、ずいぶん夜がふけたようだな。

源宗于朝臣  
 ☆山里は／冬ぞさびしき／まさりける／人目も草も／かれぬと思へば

（訳）山里はいつも寂しいものだが、冬になるとさらに寂しさが増す。人が訪ねて来なくなり、辺りの草も枯れてしまふと思うと。

坂上是則  
 ☆朝ぼらけ／有明の月と／見るまでに／吉野の里に／降れる白雪

（訳）夜がほのぼのと明けるころ、まだ空に月が残って照らしているのかと間違えるほど、吉野の里に降り積もった白雪であるなあ。

権中納言定頼  
 ☆朝ぼらけ／宇治の川霧／たえだえに／あらはれわたる／瀬々のあじろ

（訳）冬の夜が明けるころ、宇治川の水面に立ちこめる霧がとぎれとぎれになって、その霧のたえ間から瀬の仕掛けた網代の杭が次々に見えてくる。

源兼昌  
 ☆淡路島／かよふ千鳥の／なく声に／いく夜ねざめぬ／須磨の関守

（訳）淡路島から渡ってくる千鳥の物悲しい鳴き声で、須磨の関所の番人はいく夜目を覚ましたことか。



[百人一首シリーズ] リズムを味わおう9(恋①)

年 組 氏名

百人一首に収められている歌は和歌と呼ばれるもので、この和歌は、日本文学の中で最も長い伝統を持つものです。リズムを楽しみながら、一首でも多く覚えてみましょう。

①一首ずつ声に出して読み、五／七／五／七／七というように区切ってみよう。

②なぞり書きをしながら覚えてみよう。

柿本人麻呂  
☆あしびきの山鳥の尾のしだり尾のながながし夜をひとりかも寝む

あしびきのやまどりのおのしだりおのながながしよを  
ひとりかもねむ

陽成院  
☆筑波嶺のみねより落つるみなのか恋ぞつもりて淵となりぬる

つくばねのみねよりおつるみなのかわこいぞつもりて  
ふちとなりぬる

河原左大臣  
☆陸奥のしのぶもじずり誰ゆゑに乱れそめにし我ならなくに

みちのくのしのぶもじずりたれゆゑにみだれそめにし  
われならなくに

藤原敏行朝臣  
☆住の江の岸に寄る波よるさへや夢のかよひ路人目よくらむ

すみのえのきしによるなみよるさへやゆめのかよひじ  
ひとめよくらむ

伊勢  
☆難波瀉みじかき蘆のふしの間も逢はでこの世を過ぐしてよとや

なにわがたみじかきあしのふしのまもあはでこのよを  
すぐしてよとや

## 〔百人一首シリーズ〕 リズムを味わおう9(恋①)

年 組 氏名

## 百人一首豆知識：歌枕

☆筑波嶺…筑波山。茨城県。

☆信夫…福島市山口。（文知摺観音敷地内に文知摺石がある）

☆住の江…大阪市住吉区。（住吉大社の近くの住吉海岸）

☆難波潟…摂津。現在の大阪湾の入り江部分。

柿本人麻呂  
☆あしびきの／山鳥の尾の／しだり尾の／ながながし夜を／ひとりかも寝む

（訳）山鳥の長く垂れ下がった尾のように、長い長い夜を私はひとりでさびしく寝ることであるうかなあ。

陽成院  
☆筑波嶺の／みねより落つる／みなのか／恋ぞつもりて／淵となりぬる

（訳）筑波山の峰から落ちる男女（みな）の川が、積もり積もって深い淵になってしまうように、あなたを思う私の恋心も、深い深い思いの淵となってしまったことよ。

河原左大臣  
☆陸奥の／しのぶもじずり／誰ゆゑに／乱れそめにし／我ならなくに

（訳）陸奥の国の信夫という地で作られる、しのぶもぢずり（乱れ模様）に染めた布）のように、私の心は乱れはじめてしまいました。それが、それは誰のためでなく、あなたのためなのです。

藤原敏行朝臣  
☆住の江の／岸に寄る波／よるさへや／夢のかよひ路／人目よくらむ

（訳）住吉の海岸に打ち寄せる波の「よる」ではないけれど、昼の現実世界ばかりでなく、夜までも現実世界ならぬ夢の中の通い路でさえ、あなたは人目を避けようとするのですか。

伊勢  
☆難波潟／みじかき蘆の／ふしの間も／逢はでこの世を／過ぐしてよとや

（訳）難波潟に生える蘆の短い節と節の間ほどのほんのわずかな間でも、あなたに逢いたいです。なのに、それさえもかなわずに、この一生を過ごせとおっしゃるのですか。

〔百人一首シリーズ〕 リズムを味わおう10(恋②)

年 組 氏名

百人一首に収められている歌は和歌と呼ばれるもので、この和歌は、日本文学の中で最も長い伝統を持つものです。リズムを楽しみながら、一首でも多く覚えてみましょう。

①一首ずつ声に出して読み、五／七／五／七／七というように区切ってみよう。

②なぞり書きをしながら覚えてみよう。

元良親王  
☆わびぬれば今はた同じ難波なる身をつくしても逢はむとぞ思ふ

わびぬればいまはたおなじなにわなるみをつくして  
もあはむとぞおもふ

素性法師  
☆いま来むといひしばかりに長月の有明の月を待ち出でつるかな

いまこむといひしばかりにながつきのありあけのつ  
きをまちいでつるかな

三条右大臣  
☆名にし負はば逢坂山のさねかづら人に知られでくるよしもがな

なにしおはばあふさかやまのさねかづらひとにしら  
れでくるよしもがな

中納言兼輔  
☆みかの原わきて流るるいづみ川いつ見きとてか恋しかるらむ

みかのはらわきてながるるいづみがわいつみきとて  
かこひしかるらむ

壬生忠岑  
☆有明のつれなく見えし別れより暁ばかり憂きものはなし

ありあけのつれなく見えしわかれよりあかつきばか  
りうきものはなし

## 〔百人一首シリーズ〕 リズムを味わおう10(恋②)

年 組 氏名

## 百人一首豆知識：歌枕

☆逢坂（山）…山城（京都）と近江（滋賀）の県境にかつて、逢坂の関所があり、鈴鹿・不破とともに三関と言われている。

☆瓶原（みかの原）…京都府の相楽郡加茂町。

元良親王  
☆わびぬれば今はた同じ難波なる身をつくしても逢はむとぞ思ふ

（訳）うわさになり、悩んで苦しんでいるのだから、今はもう身を捨てたと同じこと。それらならば、いつそのこと、難波の海の澤標のように、この身を尽くし、滅ぼしてでも逢いたいと思う。

素性法師  
☆いま来むといひしばかりに長月の有明の月を待ち出でつるかな

（訳）今にも行こうと、あなたが言ったばかりに、九月の秋の長い夜を、有明の月（夜明けの月）が出るまで待ち続けてしまったわ。

三条右大臣  
☆名にし負はば逢坂山のさねかづら人に知られでくるよしもがな

（訳）逢坂山のさねかづらが、恋人に逢って寝るといふ名前を持っているのなら、そのつるをたぐるように人知れずあなたのもとへ通う方法があればなあ。

中納言兼輔  
☆みかの原わきて流るるいづみ川いつ見きとてか恋しかるらむ

（訳）みかの原に湧いて流れる泉川のように、いつあの人を見たためか、いや本当は逢ってもいないのに、あの人を恋しくてたまらないの。

壬生忠岑  
☆有明のつれなく見えし別れより暁ばかり憂きものはなし

（訳）夜が明けても空に残っている有明の月のように、無情で冷たく見えたあのあなたとの別れ以来、夜明けほどつらく思うものはありません。

〔百人一首シリーズ〕 リズムを味わおう11(恋③)

年 組 氏名

百人一首に収められている歌は和歌と呼ばれるもので、この和歌は、日本文学の中で最も長い伝統を持つものです。リズムを楽しみながら、一首でも多く覚えてみましょう。

①一首ずつ声に出して読み、五／七／五／七／七というように区切ってみよう。

②☆の歌を視写してみよう。歴史的仮名遣いは現代仮名遣いに直そう。

右近(うこん)  
☆忘らるる身をば思はず誓ひてし人の命の惜しくもあるかな

参議等  
☆浅茅生の小野の篠原しのぶれどあまりてなどか人の恋しき

平兼盛(たいらのかねもり)  
☆しのぶれど色にい出でにけりわが恋は物や思ふと人の問ふまで

壬生忠見(みぶのただみ)  
☆恋すてふわが名はまだき立ちにけり人知れずこそ思ひそめしか

清原元輔(きよはらのもとすけ)  
☆契りきなかたみに袖をしぼりつつ末の松山波こさじとは

[百人一首シリーズ] リズムを味わおう11(恋③)

年 組 氏名

※小野の篠原…地名ではない、風景。

末の松山…宮城県多賀城市(波を防ぐ松林)と  
みんな波も越えることはないと言われている。

百人一首豆知識：歌枕

右近 ☆忘らるる／身をば思わ<sup>ず</sup>／誓<sup>い</sup>てし／人の命の／惜しくもあるかな

(訳) あなたに忘れられるわが身のことは何とも思いません。私への愛を神にかけて誓ったあなたが、その誓いを破ったために、神の罰を受けて死ぬあなたの命が惜しく思われるよ。

参議等 ☆浅茅生の／小野の篠原／しのぶれど／あまりてなか／人の恋しき

(訳) 浅茅が生えている小野の篠原の「しのぶ」ではないが、あなたへの思いを忍んでこらえ続けても、こらえきれない。どうしてあなたがこんな恋しいのでしょうか。

平兼盛 ☆しのぶれど／色にい出でにけり／わが恋は／物や思<sup>い</sup>と／人の問<sup>い</sup>まで

(訳) 誰にも気づかれないように、心の中に隠してはいるけれども、顔色に表れてしまったなあ、私の恋心は。「あなたは物思いをしてい

るのですか」と人がたずねるほどに。  
壬生忠見 ☆恋すてふ／わが名はまだき／立ちにけり／人知れずこそ／思ひそめ

しか  
(訳) 私が恋をしているといううわさが、早くも世間に広まってしまったことだ。だれにも知られないように、ひそかに心の内だけで、あの人を思い始めたばかりなのに。

清原元輔 ☆契りきな／かたみに袖を／しぼりつつ／末の松山／波こさじとは

(訳) 二人はかたく誓い合いましたね。互いに涙で濡れた袖をしぼっては、心変わりしたら波が越えるという末の松山をけっして波など越すことがないようにと。

〔百人一首シリーズ〕 リズムを味わおう12(恋④)

年 組 氏名

百人一首に収められている歌は和歌と呼ばれるもので、この和歌は、日本文学の中で最も長い伝統を持つものです。リズムを楽しみながら、一首でも多く覚えてみましょう。

①一首ずつ声に出して読み、五／七／五／七／七というように区切ってみよう。

②☆の歌を視写してみよう。歴史的仮名遣いは現代仮名遣いに直そう。

☆源重之(みなもとのしげゆき)  
風をいたみ岩うつ波のおのれのみくだけて物を思ふころかな

☆曾禰好忠(そねのよしただ)  
由良の門を渡る舟人かちを絶えゆくへも知らぬ恋の道かな

☆謙徳公(けんとくこう)  
あはれともいふべき人は思ほえで身のいたづらになりぬべきかな

☆中納言朝忠(ちゆうなごんあさただ)  
逢ふことの絶えてしなくばなかなか人に身をも恨みざらまし

☆権中納言敦忠(ごんちゆうなごんあつただ)  
逢ひ見てのちの心にくらぶれば昔は物を思はざりけり

## [百人一首シリーズ] リズムを味わおう12(恋④)

年

組 氏名

## 百人一首豆知識：歌枕

由良…和歌山県日高郡由良町。(京都府・兵庫県と諸説あり)

権中納言敦忠  
☆逢い見ての／のちの心に／くらぶれば／昔は物を／思わざりけり

(訳) あなたに逢って契りを結んだ後の、このなやましく切ない気持ちに比べれば、逢う前の恋のあなたを恋しく思っていた気持ちなどは、全く思っていなかったようなものであることだ。

中納言朝忠  
☆逢うことの／絶えてしなくば／なかなか／人をも身をも／恨みざらまし

(訳) もしあなたと逢うことがまったくないならば、かえってあなたのためなや、自分自身の切なさも恨めしく思うこともないだろうに。一度出逢ったからこそ、思うように逢えない今が恨めしくてならないのだ。

謙徳公  
☆あわれとも／いべき人は／思おえで／身のいたずらに／なりぬべきかな

(訳) 私がこのまま死んでも悲しんでくれそうなのがいるとは思われない。とげられない恋に苦しみながら、私はおなしく死んでしまふことだろうよ。

曾禰好忠  
☆由良の門を／渡る舟人／かじを絶え／ゆくえも知らぬ／恋の道かな

(訳) 由良の海峡をこいで渡る舟人が、櫂(かじ)をなくして波に漂っているように、私の恋も行方がわからないわ。

源重之  
☆風をいたみ／岩うつ波の／おのれのみ／くだけて物を／思うころかな

(訳) 風が激しいので、岩にぶつかっては砕け散る波のように、つれないあの人ゆえ、私だけが心も砕けんばかりに思い悩んでいるところですよ。



## 〔百人一首シリーズ〕 リズムを味わおう13(恋⑤)

年 組 氏名

百人一首に収められている歌は和歌と呼ばれるもので、この和歌は、日本文学の中で最も長い伝統を持つものです。リズムを楽しみながら、一首でも多く覚えてみましょう。

①一首ずつ声に出して読み、五／七／五／七／七というように区切ってみよう。

②☆の歌を視写してみよう。歴史的仮名遣いは現代仮名遣いに直そう。

☆ 右大将道綱母(うだいにしよみちつなのはは)  
嘆きつつひとりぬる夜の明くる間は  
いかに久しき物とかは知る

☆ 藤原道信朝臣(ふじわらのみちのぶあそん)  
明けぬれば暮るるものとは知りながら  
なほ恨めしき朝ぼらけかな

☆ 藤原実方朝臣(ふじわらのさねかたあそん)  
かくとだにえやはいぶきのさしも  
草さしもしらじな燃ゆる思ひを

☆ 藤原義孝(ふじわらのよししたか)  
君がため惜しからざりし命さへ  
長くもがなと思ひけるかな

☆ 大中臣能宣朝臣(おおなかとみのよし  
のぶあそん)  
みかきもり衛士のたく火の夜はもえ  
昼は消えつつ物をこそ思へ

## 〔百人一首シリーズ〕 リズムを味わおう13(恋⑤)

年 組 氏名

## 百人一首豆知識：歌枕

伊吹山…滋賀県と岐阜県の境の山。(栃木県下都賀郡の説もある)  
さしも草…「よもぎ」の違う呼び名。

大中臣能宣朝臣  
☆みかきもり／衛士のたく火の／夜はもえ／昼は消えつつ／物をこそ思え

(訳) 宮中の門を守る兵士がたくかがり火のように、私の恋する気持ちも、夜は熱い思いで燃え、昼は魂が消えるほど思い悩んでいます。

藤原義孝  
☆君がため／惜しからざりし／命さえ／長くもがなと／思いけるかな

(訳) あなたに逢うためなら死んでも惜しくないと思っていた命であるが、あなたに逢えた今では、長生きして逢い続けたいと思うようになったものだ。

藤原実方朝臣  
☆かくとだに／えやはいぶきの／さしも草／さしもしらじな／燃ゆる思いを

(訳) こんなにあなたを恋しく思っているときえ言えないのに、まして、あなたは知らないでしょう、私の思いが伊吹山のさしも草のように燃えていることも。

藤原道信朝臣  
☆明けぬれば／暮るるものとは／知りながら／なお恨めしき／朝ぼらけかな

(訳) 夜が明けると、やがてまた日は暮れ、そうすれば再びあなたにお逢いできると知っていても、やはりこの別れをなくてはならない夜明けが恨めしいことよ。

右大将道綱母  
☆嘆きつつ／ひとりぬる夜の／明くる間は／いかに久しき／物とかは知る

(訳) あなたが来ないのを嘆きながら、ひとりで寝る夜が明けるときか。お分かりでないでしょうか、あなたはお分かりになりますか。

〔百人一首シリーズ〕 リズムを味わおう14(恋⑥)

年 組 氏名

百人一首に収められている歌は和歌と呼ばれるもので、この和歌は、日本文学の中で最も長い伝統を持つものです。リズムを楽しみながら、一首でも多く覚えてみましょう。

①一首ずつ声に出して読み、五／七／五／七／七というように区切ってみよう。

②☆の歌を視写してみよう。歴史的仮名遣いは現代仮名遣いに直そう。

☆左京大夫道雅(ささきよのだいぶみちまさ)  
☆今はただ鳥のそら音ははかるとも人づてならで言ふよしもがな

☆赤染衛門(あかぞめえもん)  
☆やすらはで寝なましものを小夜ふけて傾くまでの月を見しかな

☆大式三位(だいにのさんみ)  
☆ありま山みなの篠原風吹けばいでそよ人を忘れやはする

☆和泉式部(いずみしきぶ)  
☆あらざらむこの世のほかの思ひ出に今ひとたびのあふこともがな

☆磯同三司母(ぎどうさんしのはは)  
☆忘れじの行く末まではかたければけふをかぎりの命ともがな

## [百人一首シリーズ] リズムを味わおう14(恋⑥)

年 組 氏名

## 百人一首豆知識：歌枕

有馬山…兵庫県神戸市北区有馬町にある山。  
猪名…尼崎市と伊丹市を流れる猪名川一帯をさす。

儀同三司母(ぎどうさんしのはは)  
☆忘れじの行く末まではかたければ **きょう** をかぎりの命ともがな

(訳) いつまでも忘れまいというあなたのお言葉を将来まで期待で  
きないので、優しいお言葉を胸に、今日死ねたらどんなによいで  
しょう。

和泉式部(いづみしきぶ)  
☆あらざら **ん** この世のほかの思 **い** 出に今ひとたびのあ **う** こともがな

(訳) 私はもうすぐ死んでしまいそうなので、死後のあの世での思  
い出とするために、せめてもう一度あなたに逢いたい。

大弐三位(だいにのさんみ)  
☆ありま山 **い** なの篠原風吹けばいでそよ人を忘れやはする

(訳) 有馬山の猪名の笹原に風が吹くと、そよそよという音がす  
る。心もとないのはそれ、あなたの方で、私は忘れはしませんよ。

赤染衛門(あかぞめもん)  
☆やすら **わ** で寝なましものを小夜ふけて傾くまでの月を見しかな

(訳) 約束がなければためらわずに寝てしまったものを、待ったば  
かりに夜がふけて、西の空に沈みかかる月まで見たことでしたよ。

左京大夫道雅(さきょうのちゆうみちまさ)  
☆今はただ思 **い** 絶えな **ん** とばかりを人づてならで言ふよしもがな

(訳) 今となってはもう、あなたのことをきっぱり思い切っしま  
おうという、ただそのひと言を直接あなたに言う方法があったら  
な。

[百人一首シリーズ] リズムを味わおう15(恋⑦)

年 組 氏名

百人一首に収められている歌は和歌と呼ばれるもので、この和歌は、日本文学の中で最も長い伝統を持つものです。リズムを楽しみながら、一首でも多く覚えてみましょう。

①一首ずつ声に出して読み、五／七／五／七／七というように区切ってみよう。

②☆の歌を視写してみよう。歴史的仮名遣いは現代仮名遣いに直そう。

☆待賢門院堀川へたいけんもんいんほりかわ  
☆長からむ心も知らず黒髪の乱れて今朝は物をこそ思へ

☆崇徳院へすとくいん  
☆瀬を早み岩にせかるる滝川のわれても末に逢はむとぞ思ふ

☆源俊頼朝臣へみなもとのとしよりあそん  
☆憂かりける人を初瀬の山おろしよはげしかれとは祈らむものを

☆祐子内親王家紀伊へゆうしないなしのうけのきい  
☆音に聞かしたかしの涙のあだ波はかけじや袖のぬれもこそすれ

☆相模へさがみ  
☆恨みわびほさぬ袖だにあるものを恋に朽ちなむ名こそ惜しけれ

## 〔百人一首シリーズ〕リズムを味わおう15(恋⑦)

年 組 氏名

## 百人一首豆知識：歌枕

高師の浜…大阪府高石市高師浜にある浜。

初瀬…奈良県桜井市初瀬(恋の祈りを聞いてくれるという長谷寺がある。)

相模(さがみ)  
☆恨みわび／ほさぬ袖だに／あるものを／恋に朽ちなん／名こそ惜しけれ

(訳)人のつれなさを恨み悲しんで、流した涙で乾くまもないこの袖でさえ、朽ちないでこうしてあるのに、恋のつまらないうわさで朽ちてしまう私の名が惜しいことですよ。

祐子内親王家紀伊(ゆうしなないしんのうけのきい)  
☆音に聞く／たかしの浜の／あだ波は／かけじや袖の／ぬれもこそすれ

(訳)評判の高い高師の浜のいたずらに立つ波を、濡れるので袖にかけますまい、そのように浮気なあなたの言葉も気にかげまい、あとで後悔の涙を流すでしょうから。

源俊頼朝臣(みなもとのとしよりあそん)  
☆憂かりける／人を初瀬の／山おろしよ／はげしかれとは／祈らんものを

(訳)初瀬山に吹く山おろしよ。冷たいあの人私が私に心を向けてくれますようにと祈りこそしたがつれなさがますます激しくなれとは祈らなかつたのに。

崇徳院(すとくいん)  
☆瀬を早み／岩にせかるる／滝川の／われても末に／逢わんとぞ思

(訳)川の流れが早いので、岩にせきとめられた水が、一度は二つに分かれてもまた一つになるように、今はあなたと分かれても必ずまた逢おうと思う。

待賢門院堀川(たいけんもんいんほりかわ)  
☆長からん／心も知らず／黒髪の／乱れて今朝は／物をこそ思え

(訳)末長く愛してくれと誓ったあなたの心が変わらないかどうか、心も分らないので、お別れした今朝は、寝乱れた黒髪のように、心も物思いで乱れて沈んでいます。

[百人一首シリーズ] リズムを味わおう16(恋⑧)

年 組 氏名

百人一首に収められている歌は和歌と呼ばれるもので、この和歌は、日本文学の中で最も長い伝統を持つものです。リズムを楽しみながら、一首でも多く覚えてみましょう。

①一首ずつ声に出して読み、五／七／五／七／七というように区切ってみよう。

②☆の歌を視写してみよう。歴史的仮名遣いは現代仮名遣いに直そう。

☆ 皇嘉門院別当（こうかもんいんのべつとう）  
難波江の蘆のかり寝のひと夜ゆゑみをつくしてや恋ひわたるべき

☆ 西行法師（さいぎょうほうし）  
嘆けとて月やは物を思はするかこち顔なるわが涙かな

☆ 俊恵法師（しゅんえほうし）  
夜もすがら物思ふころは明けやらで闇のひまさへつれなかりけり

☆ 道因法師（どういんほうし）  
思ひわびさても命はあるものを憂きにたへぬは涙なりけり

## 〔百人一首シリーズ〕 リズムを味わおう16(恋⑧)

年 組 氏名

## 百人一首豆知識：歌枕

難波江・・・大阪湾

掛詞（一つの言葉に二つの意味を重ねる技法）

みをつくしてや・・・「濡標」と「身を尽くし」をかけている

## 解答

道因法師  
☆思<sup>い</sup>わび／さても命は／あるものを／憂きにた<sup>え</sup>ぬは／涙なりけり

（訳）つれない人进行思<sup>い</sup>、悩んでいてもこうして命はあるのに、それでも、そのつらさに耐えられなくて流れ落ちてくるものは、涙であることだよ。

俊恵法師  
☆夜もすがら／物思<sup>う</sup>ころは／明けやらで／閨のひまさ<sup>え</sup>／つれなかりけり

（訳）一晩中、訪れぬ恋人を思<sup>う</sup>って悩んでいる夜はいつまでも明けず、朝の光が差し込まない寝室の戸のすきまさえもが、無情に感じられることですよ。

西行法師  
☆嘆けとて／月やは物を／思<sup>わ</sup>する／かこち顔なる／わが涙かな

（訳）月が私に嘆けとい<sup>う</sup>って物思<sup>い</sup>をさせるのか。いやそうではな<sup>い</sup>。恋の思<sup>い</sup>のせいなのに、まるで月が物思<sup>い</sup>をさせるかのように、私の涙は流れるのだ。

皇嘉門院別当  
☆難波江の／蘆のかり寝の／ひと夜ゆ<sup>え</sup>／みをつくしてや／恋<sup>い</sup>わたるべき

（訳）難波江の蘆の刈根の一節のように、短い旅の仮寝の一夜をあなたと過ごしたばかりに、身をつくしてこれから一生あなたに恋<sup>い</sup>し続けるのでしょ<sup>う</sup>か。



[百人一首シリーズ] リズムを味わおう17(恋⑨)

年 組 氏名

百人一首に収められている歌は和歌と呼ばれるもので、この和歌は、日本文学の中で最も長い伝統を持つものです。リズムを楽しみながら、一首でも多く覚えてみましょう。

①一首ずつ声に出して読み、五／七／五／七／七というように区切ってみよう。

②☆の歌を視写してみよう。歴史的仮名遣いは現代仮名遣いに直そう。

☆権中納言定家（ごんちゅうなごんさだいえ）  
来ぬ人をまつほの浦の夕なぎに焼くや藻塩の身もこがれつつ

☆二条院讚岐（にじょういんのさぬき）  
わが袖は潮干に見えぬ沖の石の人こそしらねかわく間もなし

☆殷富門院大輔（いんぶもんいんのたいふ）  
見せばやな雄鳥のあまの袖だにもぬれにぞぬれし色はかはわらず

☆式子内親王（しよくしないなしんのう）  
玉の緒よ絶えなば絶えねながらへば忍ぶることの弱りもぞする

## [百人一首シリーズ] リズムを味わおう17(恋⑨)

年 組 氏名

## 百人一首豆知識

百人一首は和歌を鑑賞するだけでなく、かるた遊びとしても楽しめるも

## 解答

式子内親王  
☆玉の緒よ／絶えなば絶えね／ながらえ<sup>ば</sup>／忍ぶることの／弱りもぞ  
する

(訳) 私の命よ、絶えてしまふなら絶えてしまえ。このまま生きてい  
ると、恋心をたえ忍ぶことも弱って、外に表れてしまうだろうから。

殷富門院大輔  
☆見せばやな／雄鳥のあまの／袖だにも／ぬれにぞぬれし／色はか<sup>わ</sup>  
らず

(訳) 見せたいものだ。雄鳥の漁師の袖でさえ、あんなにひどく濡れていて  
も色は変わっていないのに、恋に悩む涙で色が変わった私の袖の色を。

二条院讃岐  
☆わが袖は／潮干に見えぬ／沖の石の／人こそしらね／かわく間もな  
し

(訳) 私の袖は、潮が引いたときでさえも見えない沖合の石のよう  
に、あの人は知らないだろうが、涙で濡れていて、乾くひまもありま  
せん。

権中納言定家  
☆来ぬ人を／まつほの浦の／夕なぎに／焼くや藻塩の／身もこがれつつ

(訳) いくら待っても来ない恋人を待つ私は、松帆の浦の夕風のころ  
に塩を取るために焼く海藻のように、身も心も焼かれるような思いで  
いることです。

[百人一首シリーズ] リズムを味わおう18(離別・き旅①)

年 組氏名

百人一首に収められている歌は和歌と呼ばれるもので、この和歌は、日本文学の中で最も長い伝統を持つものです。リズムを楽しみながら、一首でも多く覚えてみましょう。

①一首ずつ声に出して読み、五／七／五／七／七というように区切ってみよう。

②☆の歌を視写してみよう。歴史的仮名遣いは現代仮名遣いに直そう。

安倍仲麻呂(あべのなかまろ)

☆天の原ふりさけ見れば春日なる三笠の山に出でし月かも

参議篁(さんぎたかむら)

☆わたの原八十島かけて漕ぎ出でぬと人には告げよあまのつりぶね

中納言行平(ちゅうなごんゆきひら)

☆立ち列れいなばの山の峰に生ふるまつとし聞かば今帰り来む

## [百人一首シリーズ] リズムを味わおう18(離別・き旅①)

年 組 氏名

## 百人一首豆知識：歌かるた

貝に描かれた絵や歌を合わせる伝統的な遊び(貝合や貝覆)が平安時代に始まり、江戸時代には歌の上の句と下の句を書いて合わせる歌員として受け継がれていった。室町時代後期になると、ポルトガル人がトランプを伝え、江戸時代には紙形の歌かるたが登場し、小倉百人一首は歌かるたとして人々の間に広まり、今日まで親しまれてきた。

## 解答

安倍仲麻呂

☆天の原／ふりさけ見れば／春日なる／三笠の山に／出でし月かも

が、(訳) 大空をはるか遠くまで眺めていると、美しく月が輝いているが、あれは昔、ふるさとの奈良の三笠山に出た月と同じだなあ。

参議 篁

☆わたの原／八十島かけて／漕ぎ出でぬと／人には告げよ／あまのつりぶね

(訳) 私は大海原を数多くの島々をめざして漕ぎ出していったと、都に残してきたあの人にだけは告げておくれ、その漁師の釣り舟よ。

中納言 行平

☆立ち列れ／いなばの山の／峰に生うる／まつとし聞かば／今帰り来

(訳) あなたと別れて因幡の国へ行きますが、あの因幡山の松のように待っていると聞いたなら、すぐにでも帰ってきましょう。

[百人一首シリーズ] リズムを味わおう19(離別・き旅②)

年 組氏名

百人一首に収められている歌は和歌と呼ばれるもので、この和歌は、日本文学の中で最も長い伝統を持つものです。リズムを楽しみながら、一首でも多く覚えてみましょう。

①一首ずつ声に出して読み、五／七／五／七／七というように区切ってみよう。

②☆の歌を視写してみよう。歴史的仮名遣いは現代仮名遣いに直そう。

菅家(かんけ)

☆このたびはぬさもとりあへず手向山紅葉のにしき神のまにまに

鎌倉右大臣(かまくらのうだいじん)

☆世のなかはつねにもがもな渚漕ぐあまの小舟の綱手かなしも

[百人一首シリーズ] リズムを味わおう19(別離・き旅②)

年 組 氏名

百人一首豆知識：歌かるた

百人一首のかるたには、読み札（絵が描かれてある札）と取り札（字だけの札）の2種類があり、合計100枚あります。

解答

菅家

☆このたびは／ぬさもとりあえず／手向山／紅葉のにしき／神のまにまに

（訳）この度の旅は急の行幸のため、お供えの幣を捧げることができません。代わりにこの手向山の錦のような紅葉を幣として、神の御心のままにお受けください。

鎌倉右大臣

☆世のなかは／つねにもがもな／渚漕ぐ／あまの小舟の／綱手かなしも

（訳）この世は永遠に変わらないであってほしいなあ。波打ち際を漕いでいく漁師の小舟が綱で惹かれていく景色は、しみじみとした趣のあることだよ。

[百人一首シリーズ] リズムを味わおう20(その他①)

年 組 氏名

百人一首に収められている歌は和歌と呼ばれるもので、この和歌は、日本文学の中で最も長い伝統を持つものです。リズムを楽しみながら、一首でも多く覚えてみましょう。

①一首ずつ声に出して読み、五／七／五／七／七というように区切ってみよう。

②☆の歌を視写してみよう。歴史的仮名遣いは現代仮名遣いに直そう。

☆貞信公(ていしんこう)  
小倉山峰の紅葉ば心あらば今ひとたびのみゆき待たなむ

☆僧正遍昭(そうじょうへんじょう)  
天つ風雲のかよひ路吹きとぢよ乙女の姿しばしとどめむ

☆蝉丸(せみまる)  
これやこの行くも帰るも別れては知るも知らぬもあふ坂の関

☆喜撰法師(きせんほうし)  
わが庵は都のたつみしかぞすむ世をうち山と人はいふなり

## [百人一首シリーズ] リズムを味わおう20(その他①)

年 組 氏名

## 百人一首豆知識：歌かるた

絵札には、和歌1首とその和歌を詠んだ人の名前と絵がかかれています。字札には、ひらがなで同じ和歌の下の句だけが書かれています。いろいろなかるた遊びを紹介します。

## 解答

喜撰法師  
☆わが庵は／都のたつみ／しかぞすむ／世をう**じ**山と／人はい**う**なり

(訳) 私の庵は都の南東にあって、このように静かに住んでいるのに、世の中をつらいと思つて宇治に逃れ住んでいるのだと、人は言っているようだ。

蝉丸  
☆これやこの／行くも帰るも／別れては／知るも知らぬも／**お**う坂の関

(訳) これがまあ、都から東国へ行く人も、東国から都へ帰ってくる人も、知っている人も知らない人も別れては逢うという、逢坂の関所なのか。

僧正遍昭  
☆天つ風／雲のか**い**路／吹きと**じ**よ／乙女の姿／しばしとど**め**ん

(訳) 空を吹く風よ、天女が雲の中を通つて天に帰る道をさえぎつておくれ。舞終わり天に帰る天女の美しい姿を、しばらくここにとどめておきたいから。

貞信公(ていしんこう)  
☆小倉山／峰の紅葉ば／心あらば／今ひとたびの／みゆき待た**ん**

(訳) 小倉山の紅葉よ、もしそなたに心があるのならば、もう一度、天皇の行幸がある日まで、どうか散らないでそのまま待っていてほしいものだ。



[百人一首シリーズ] リズムを味わおう21(その他②)

年 組 氏名

百人一首に収められている歌は和歌と呼ばれるもので、この和歌は、日本文学の中で最も長い伝統を持つものです。リズムを楽しみながら、一首でも多く覚えてみましょう。

①一首ずつ声に出して読み、五／七／五／七／七というように区切ってみよう。

②☆の歌を視写してみよう。歴史的仮名遣いは現代仮名遣いに直そう。

藤原興風（ふじわらのおきかぜ）  
☆誰をかも知る人にせむ高砂の松も昔の友ならなくに

前大納言公任（さきのだいなごんきんとう）  
☆滝の音は絶えて久しくなりぬれど名こそ流れてなほ聞こえけれ

紫式部（むらさきしきぶ）  
☆めぐり逢ひて見しやそれともわかぬ間に雲がくれにし夜半の月かな

小式部内侍（こしきぶないし）  
☆大江山いく野の道の遠ければまだふみも見ず天の橋立

## [百人一首シリーズ] リズムを味わおう21(その他②)

年 組 氏名

## 百人一首豆知識：歌かるた「散らしどり」

100枚の取り札（字札）を表にして、ばらばらに散らし、そのまわりを取る人が座ります。読む人は、絵札に書かれた和歌を上句から読んでいき、取る人は読まれた札の下句の取り札を探して取ります。1枚でも多く取った人が勝ちです。

## 解答

藤原興風  
 ☆誰をかも／知る人にせん／高砂の／松も昔の／友ならなくに

（訳）年老いた私はだれを心をゆるす友人にしたらよいのだろう。長生きで知られる高砂の松でさえ、昔からの友人ではないのだから。

前大納言公任  
 ☆滝の音は／絶えて久しく／なりぬれど／名こそ流れて／なお聞こえ

（訳）ここにあった滝の流れが絶えて、水の音が聞こえなくなって長い年月がたつけれど、その名は世の中に流れ伝わり、今なお知られていることよ。

紫式部  
 ☆めぐり逢いて／見しやそれとも／わかぬ間に／雲がくれにし／夜半の月かな

（訳）久しぶりに巡り逢って、垣間見たが、あなたかどうか見分けがつかないうちにあなたは帰ってしまった。たちまち雲に隠れてしまった夜ふけの月のように。

小式部内侍  
 ☆大江山／いく野の道の／遠ければ／まだふみも見ず／天の橋立

（訳）大江山を過ぎて生野を越えて行く道が遠いので、まだ天の橋立の地へ行って見たことはありません。もちろん、母の手紙も見せていません。

[百人一首シリーズ] リズムを味わおう22(その他③)

年 組氏名

百人一首に収められている歌は和歌と呼ばれるもので、この和歌は、日本文学の中で最も長い伝統を持つものです。リズムを楽しみながら、一首でも多く覚えてみましょう。

①一首ずつ声に出して読み、五／七／五／七／七というように区切ってみよう。

②☆の歌を視写してみよう。歴史的仮名遣いは現代仮名遣いに直そう。

清少納言(せいしょうなごん)

☆夜をこめて鳥のそら音ははかるともよに逢坂の関はゆるさじ

前大僧正行尊(さきのだいそうじょうぎょうそん)

☆もろともにあはれと思へ山桜花よりほかに知る人もなし

周防内侍(すおうのななし)

☆春の夜の夢ばかりなる手枕にかひなく立たむ名こそ惜しけれ

## [百人一首シリーズ] リズムを味わおう22(その他③)

年 組 氏名

## 百人一首豆知識：歌かるた「源平合戦」

1. 読む人を一人決め、残りの人は源氏と平家の2チームに分かれます。
2. 取り札を50枚ずつ分け、自分たちのチームの前に下の句が読めるように3段に並べます。
3. 読み方と取り方は「散らしどり」と同じです。
4. 相手チームの札を取ったら、自分のチームの札を1枚相手チームに渡します。
5. 相手のチームの札を間違えて取ったら、お手つきとなり相手のチームの札を1枚もらいます。

## 解答

清少納言

☆夜をこめて／鳥のそら音は／はかるとも／よに逢坂の／関はゆるさ  
じ

(訳) 夜の明けないうちに、鶏の鳴き声を真似してだまそうとして  
も、私とあなたが逢うこの逢坂の関は、決して通しませんよ。

前大僧正行尊

☆もろともに／あわれと思え／山桜／花よりほかに／知る人もなし

(訳) 私がお前をなつかしく思うように、お前も私をしみじみとなつ  
のかしく思っておくれ、山桜よ。こんな山奥では、私の心を知っている  
のはお前だけだから。

周防内侍

☆春の夜の／夢ばかりなる／手枕に／かいなく立たん／名こそ惜しけ  
れ

(訳) 短い春の夜の夢のように、はかない腕枕のために、つまらない  
浮き名が立ったら、残念に思われます。

[百人一首シリーズ] リズムを味わおう23(その他④)

年 組氏名

百人一首に収められている歌は和歌と呼ばれるもので、この和歌は、日本文学の中で最も長い伝統を持つものです。リズムを楽しみながら、一首でも多く覚えてみましょう。

①一首ずつ声に出して読み、五／七／五／七／七というように区切ってみよう。

②☆の歌を視写してみよう。歴史的仮名遣いは現代仮名遣いに直そう。

三条院(さんじょういん)

☆心にもあらでうき世にながらへば恋しかるべき夜半のつきかな

藤原基俊(ふじわらのもととし)

☆契りおきしさせもが露を命にてあはれ今年の秋もいぬめり

☆  
くだいじょうだいじん  
法性寺入道前関白太政大臣(ほつしょうじにゅうどうさきのかんぱ)

☆わたの原漕ぎ出でみれば久方の雲居にまがふ沖つ白波

## [百人一首シリーズ] リズムを味わおう23(その他④)

年 組 氏名

## 百人一首豆知識：歌かるた「競技かるた」

個人戦、一騎打ちとも言われます。1対1で行います。

2人が向かい合って座り、取り札を25枚ずつ3段に並べます。

読み手は100の札を全部読むので、取り札にない札も読まれます。(空札)

お手つきは自分の札、相手の札に関係なく相手の札を1枚もらいます。

## 解答

三條院

☆心にも／あらでうき世に／ながらえ<sup>え</sup>ば／恋しかるべき／夜半のつきかな

(訳) 自分の本心に反してこのつらいこの世に生き長らえていたなら、今夜見るこの夜半の美しい月が唯一の友として、さぞかし恋しく思い出されることだろうなあ。

藤原基俊(ふじわらのもととし)

☆契りおきし／させもが露を／命にて／あ<sup>わ</sup>れ今年の／秋もいぬめり

(訳) お約束くださった「ただ、わたしのみを頼みにしなさい、させも草だ」と置く恵みの露のようなお言葉を命として生きてきましたがああ、今年の秋もむなしく過ぎゆくようです。

法性寺入道前関白太政大臣(ほつしようじにゆうどうさきのかんばくだいじようだいじん)

☆わたの原／漕ぎ出でみれば／久方の／雲居にまが<sup>う</sup>／沖つ白波

(訳) 大海原に舟を漕ぎだして、はるかかなたを眺めみると、白い雲と見間違えるばかりに、沖に白波が立っている。

[百人一首シリーズ] リズムを味わおう24(その他⑤)

年 組氏名

百人一首に収められている歌は和歌と呼ばれるもので、この和歌は、日本文学の中で最も長い伝統を持つものです。リズムを楽しみながら、一首でも多く覚えてみましょう。

①一首ずつ声に出して読み、五／七／五／七／七というように区切ってみよう。

②☆の歌を視写してみよう。歴史的仮名遣いは現代仮名遣いに直そう。

皇太后宮大夫俊成（こうたいごうぐうのだいふとしなり）

☆世の中よ道こそなけれ思ひ入る山の奥にも鹿ぞ鳴くなる

藤原清輔朝臣（ふじわらのきよすけあそん）

☆ながらへばまたこのごろやしのばれお憂しと見し世ぞ今は恋しき

前大僧正慈円（さきのだいそうじょうじえん）

☆おほけなくうき世の民におほふかなわがたつ袖に黒染めの袖

## 〔百人一首シリーズ〕 リズムを味わおう24(その他⑤)

年 組 氏名

## 百人一首豆知識：歌かるた「ぼうずめくり」

全員が丸く座り、絵札を裏返しにし、積み重ねて真ん中に置きます。  
順番に1枚ずつ札をめくります。めくった札が男の人だったらそのままもらいますが、もしお坊さんだったら今までもらった札を全部真ん中に出さなければなりません。女の人ならば、真ん中に出されている札を全部もらうことができます。

## 解答

皇太后宮大夫俊成

☆世の中よ／道こそなけれ／思い入る／山の奥にも／鹿ぞ鳴くなる

(訳) ああ、この世の中にはつらさや悲しさから逃れる道はないのだなあ。逃れようと決心して入った山奥でさえ、鹿が悲しげに鳴いていることだ。

藤原清輔朝臣

☆ながらえ／またこのごろや／しのばれん／憂しと見し世ぞ／今は恋しき

(訳) これから先、この世に生き長らえていたら、つらい今が懐かしく思い出されるだろうか。つらかったあのときが、今では恋しく思われるのだから。

前大僧正慈円

☆おおけなく／うき世の民に／おおうかな／わがたつ杉に／黒染めの袖

(訳) 身のほどに過ぎた願いだが、この世の人々に、比叡山延暦寺に入山した私の僧衣を世の人の幸福のために覆いかけることである。



[百人一首シリーズ] リズムを味わおう25(その他⑥)

年 組氏名

百人一首に収められている歌は和歌と呼ばれるもので、この和歌は、日本文学の中で最も長い伝統を持つものです。リズムを楽しみながら、一首でも多く覚えてみましょう。

①一首ずつ声に出して読み、五／七／五／七／七というように区切ってみよう。

②☆の歌を視写してみよう。歴史的仮名遣いは現代仮名遣いに直そう。

入道前太政大臣(にゆうどうさきのだいじょうだいじん)

☆花さそふあらしの庭の雪ならでふりゆくものはわが身なりけり

後鳥羽院(ごとばいん)

☆人もをし人もうらめしあぢきなく世を思ふゆゑに物思ふ身は

順徳院(じゆんとくいん)

☆ももしきや古き軒端のしのぶにもなほあまりある昔なりけり

## 〔百人一首シリーズ〕 リズムを味わおう25(その他⑥)

年 組 氏名

## 百人一首豆知識

歌かるたは遊びにも用いられていますが、和歌の入門の教材としても利用されるようになりました。かるたで遊びながら、1首でも多く歌を覚えて

## 解答

入道太政大臣

☆花さそう／あらしの庭の／雪ならで／ふりゆくものは／わが身なり  
けり

(訳) 嵐が桜の花を誘うように散らす風が吹く庭に降るのは花吹雪で  
はなくて、年を取って古くなつていく私自身であることだよ。

後鳥羽院

☆人もをし／人もうらめし／あじきなく／世を思うゆえに／物思う身  
は

(訳) あるときは人をいとおしく思い、またあるときは人を恨めしく  
思う。この世を味気ない世だと思ひ、いろいろと物思いをして沈んで  
いる私は。

順徳院

☆ももしきや／古き軒端の／しのぶにも／なおあまりある／昔なりけ  
り

(訳) 宮中の古い建物の軒端に生えているしのぶ草を見るにつけて  
も、どんなに懐かしんでもしのびきれない、恋しい昔のよき時代(御  
代)であるよ。