

何げない日常を詠んでみよう！

短歌 DE につきちょう

若山牧水賞第30回記念事業



若竹の
伸びゆくごとく
子ども等よ
真直ぐにのばせ
身をたましひを

Let's
Tanka!



宮崎県みやざき文化振興課

TEL.0985-26-7099

宮崎県宮崎市橘通東2丁目10-1

miyazaki-bunkashinko@pref.miyazaki.lg.jp

Let's Tanka!

日々の生活の中で、

ふとした瞬間に心が動くことはありませんか？

子どもが初めて立ったとき、しゃべったとき、

泣き止まない子を抱いて途方に暮れたとき、

にこっとほほえみかけてくれたとき。

これらの出来事を、あなたの思いのままに

三十一文字で書き留めてみませんか？



短歌の基本構造

短歌は日本の伝統的な定型詩で、次のような音数で構成されます。

五（五）・七（七）・五（五）・七（七）・七（七）

作り方のコツ

- 1 まずテーマを決める
- 2 感じたことを素直にメモする
- 3 五・七・五・七・七に分けて整える
- 4 言葉を磨く（言葉選びや並べ方を工夫）

★季語は必要ありません

気軽に作ってみましょう！



わかやま
若山 ぼくすい
牧水



郷土の歌人・若山牧水は、自然や旅、酒への愛情を詠んだ歌で知られ、四十三年の短い生涯で約9000首の歌（未発表含む）を残しています。その中には家族や子育てに関する歌も数多くあり、四児の父としての素朴な愛情や家族のぬくもりを感じさせます。彼の功績を顕彰するために作られた「若山牧水賞」は多くの歌人や県民の皆様の支えにより、今年度で30回を迎えます。

5ページから始まる日記帳ページの両端に、若山牧水や、若山牧水賞の歴代受賞者、選考委員の伊藤一彦先生が家族や子育てについて詠んだ歌を掲載しています。ぜひご覧ください。

「短歌日記帳」の使い方

使い方のポイント

- 毎日じゃなくても大丈夫！ 自分のできる範囲で無理なく、詠みたくなったときに筆を走らせてみましょう。
- お子様の成長とともに前のページをめくってみると、きっと新たな発見がありますよ。

■ 第28回受賞 永田紅…歌集『いまニセンチ』より

月日	月日
〇/〇	〇
曜日	曜日
今日の一首	今日の一首
うんち出た出ないで一喜一憂す	出ないの3日目…
そんな日だったと思うのだろう	やっと出た！

今日の一首

親指と人差し指のあいだにて「いまニセンチ」の空気を挟む

■ 第28回受賞 永田紅…歌集『いまニセンチ』より

心音を聞けば聞くほどあやふげな、

いのちとならんものよ、いのちとなれ

■ 第19回受賞 大松達知・歌集『ゆりかごのうた』より

月	日	曜
1	1	火
1	2	水
1	3	木
1	4	金
1	5	土
1	6	火
1	7	水
1	8	木
1	9	金
1	10	土
1	11	火
1	12	水
2	1	木
2	2	金
2	3	土
2	4	火
2	5	水
2	6	木
2	7	金
2	8	土
2	9	火
2	10	水
2	11	木
2	12	金
3	1	土
3	2	火
3	3	水
3	4	木
3	5	金
3	6	土
3	7	火
3	8	水
3	9	木
3	10	金
3	11	土
3	12	火
4	1	水
4	2	木
4	3	金
4	4	土
4	5	火
4	6	水
4	7	木
4	8	金
4	9	土
4	10	火
4	11	水
4	12	木
5	1	金
5	2	土
5	3	火
5	4	水
5	5	木
5	6	金
5	7	土
5	8	火
5	9	水
5	10	木
5	11	金
5	12	土
6	1	火
6	2	水
6	3	木
6	4	金
6	5	土
6	6	火
6	7	水
6	8	木
6	9	金
6	10	土
6	11	火
6	12	水
7	1	木
7	2	金
7	3	土
7	4	火
7	5	水
7	6	木
7	7	金
7	8	土
7	9	火
7	10	水
7	11	木
7	12	金
8	1	土
8	2	火
8	3	水
8	4	木
8	5	金
8	6	土
8	7	火
8	8	水
8	9	木
8	10	金
8	11	土
8	12	火
9	1	水
9	2	木
9	3	金
9	4	土
9	5	火
9	6	水
9	7	木
9	8	金
9	9	土
9	10	火
9	11	水
9	12	木
10	1	金
10	2	土
10	3	火
10	4	水
10	5	木
10	6	金
10	7	土
10	8	火
10	9	水
10	10	木
10	11	金
10	12	土
11	1	火
11	2	水
11	3	木
11	4	金
11	5	土
11	6	火
11	7	水
11	8	木
11	9	金
11	10	土
11	11	火
11	12	水
12	1	木
12	2	金
12	3	土
12	4	火
12	5	水
12	6	木
12	7	金
12	8	土
12	9	火
12	10	水
12</		

今日の一首

	曜日
	曜
	今日の一首

腹を蹴られなにかわいいと思うのか

よっこらしよつと水をやる朝

■ 第11回受賞 俵万智..歌集『プーさんの鼻』より

[illegible]

朝光に目を細めゐる嬰兒もその母親も二度は生れぬ

■ 第12回受賞 香川ヒサ・歌集『モウド』より

月	日	曜
1	1	火
1	2	水
1	3	木
1	4	金
1	5	土
1	6	火
1	7	水
1	8	木
1	9	金
1	10	土
1	11	火
1	12	水
1	13	木
1	14	金
1	15	土
1	16	火
1	17	水
1	18	木
1	19	金
1	20	土
1	21	火
1	22	水
1	23	木
1	24	金
1	25	土
1	26	火
1	27	水
1	28	木
1	29	金
1	30	土
1	31	火
2	1	水
2	2	木
2	3	金
2	4	土
2	5	火
2	6	水
2	7	木
2	8	金
2	9	土
2	10	火
2	11	水
2	12	木
2	13	金
2	14	土
2	15	火
2	16	水
2	17	木
2	18	金
2	19	土
2	20	火
2	21	水
2	22	木
2	23	金
2	24	土
2	25	火
2	26	水
2	27	木
2	28	金
2	29	土
2	30	火
2	31	水
3	1	木
3	2	金
3	3	土
3	4	火
3	5	水
3	6	木
3	7	金
3	8	土
3	9	火
3	10	水
3	11	木
3	12	金
3	13	土
3	14	火
3	15	水
3	16	木
3	17	金
3	18	土
3	19	火
3	20	水
3	21	木
3	22	金
3	23	土
3	24	火
3	25	水
3	26	木
3	27	金
3	28	土
3	29	火
3	30	水
3	31	木
4	1	金
4	2	土
4	3	火
4	4	水
4	5	木
4	6	金
4	7	土
4	8	火
4	9	水
4	10	木
4	11	金
4	12	土
4	13	火
4	14	水
4	15	木
4	16	金
4	17	土
4	18	火
4	19	水
4	20	木
4	21	金
4	22	土
4	23	火
4	24	水
4	25	木
4	26	金
4	27	土
4	28	火
4	29	水
4	30	木
4	31	金
5	1	土
5	2	火
5	3	水
5	4	木
5	5	金
5	6	土
5	7	火
5	8	水
5	9	木
5	10	金
5	11	土
5	12	火
5	13	水
5	14	木
5	15	金
5	16	土
5	17	火
5		

今日の一首

	曜日
	曜
	今日の一首

なに故に泣くかよ吾^あ見^こやすやすやと

寝入ればあはれ吾兒なるものを

■ 若山牧水..歌集『秋風の歌』より

[illegible]

日の暮れは子供も不安になるものか

タソガレーナちゃんと呼びて抱き上げ

■ 第28回受賞 永田紅二歌集『いま二センチ』より

月日
曜

今日の一首

曜日			
曜			
今日の一首			

子がわれかわれが子なのかわからぬまで

子を抱き湯に入り子を抱き眠る

■ 第6回受賞 河野裕子..歌集『桜森』より

[illegible]

いつか思ひ出すのだらうかおまへを抱いて

玄関にずっとずっと立ってゐた夜

■ 第19回受賞 大松 達知・歌集『ゆりかごのうた』より

月日
曜

今日の一首

或時は寝入らむとする乳呑児の眼ひき鼻ひきたはむれあそぶ

■ 若山 牧水・歌集『秋風の歌』より

寝返りをくりり覚えてほほえんできつと世界が見えたのだろう

■ 第7回受賞 三枝 昂之…歌集『上弦下弦』より

月日 曜

今日の一首

弥生雛かざればあわれ音もなくおりてくるかな家の霊らも

■ 選考委員 伊藤一彦…歌集『瞑鳥記』より

病む見等に昼はかかりつ夜起きてわれの為事^{いごと}をねばけつつ為る

■ 若山牧水…歌集『くろ土』より

月日 曜

今日の一首

子を乗せて木馬しづかに沈むときこの子さへ死ぬのかと思ひき

■ 第29回受賞 大辻隆弘…歌集『抱擁韻』より

どこまでも明日^{あした}信じて乳母車押しゆくわれや何に押さるる

■ 選考委員 伊藤一彦…歌集『隅鳥記』より

月日
曜

今日の一首

揺れながら前へ進まず子育てはおまえがくれた木馬の時間

■ 第11回受賞 俵万智…歌集『プーさんの鼻』より

立つた日があつて歩いた日があつて 父は夏雲のやうにありたし

■ 第19回受賞 大松 達知・歌集『ゆりかごのうた』より

月日 曜

今日の一首

おさなごの椅子の裏側めしつぶの貼りついており床にしゃがめば

■ 第21回受賞 吉川 宏志・歌集『海雨』より

ああ眠いああ眠いと茶碗の中に落ちるやうにぞ子は飯を食ふ

■ 第6回受賞 河野裕子・歌集『歩く』より

月日 曜

今日の一首

もはやわが生み得ぬ歡喜ここにあり出汁巻き卵に見は歌ひ出す

■ 第26回受賞 黒瀬珂瀾・歌集『ひかりの針がうたふ』より

前かごに息子うしろにマンゴーを載せ自転車漕いでゆくなり

■ 第17回受賞 大口 玲子・歌集『トリサンナイト』より

月日 曜

今日の一首

抱いていた子どもを置けば足が生え落ち葉の道を駆けてゆくなり

■ 第21回受賞 吉川 宏志・歌集『夜光』より

愛それは閉まる間際の保育所へ腕を広げて駆け出すころ

■ 第24回受賞 松村由利子・歌集『薄荷色の朝に』より

月日
曜

今日の一首

朝のうた歌はぬわが子はればれと歌はぬ自由に口を結んで

■ 第17回受賞 大口玲子・歌集『桜の木にのぼる人』より

子には子の極私の哀しみあるゆゑに帽子まぶかにかぶり出でゆく

■ 第15回受賞 島田修三・歌集『晴朗悲歌集』より

月日 曜

今日の一首

意地悪なオオカミはもういないから古い絵本を閉じて眠れよ

■ 第25回受賞 谷岡亜紀・歌集『アジア・パザール』より

幼子へ月にうさぎがあることをまたゐないことをいかに話さむ

■ 第17回受賞 大口 玲子・歌集『トリサンナイト』より

月日 曜

今日の一首

寝かしつけつつ寝入りたる翌朝を叩き起こさる絵本の角に

■ 第26回受賞 黒瀬 珂潤・歌集『ひかりの針がうたふ』より

オオバコの茎をからめて引き合えり子どもに太いほうを持たせて

■ 第28回受賞 永田紅・歌集『いま二センチ』より

月日
曜

今日の一首

曜日			
曜			
今日の一首			

やねのむかういつちやつたね、と手を振る兎よ

と手を振る兒よ

父に飛行機はまだ見えてゐて

■ 第26回受賞 黒瀬珂瀾..歌集『ひかりの針がうたふ』より

[illegible]

犬いぬふぐり咲ける堤を子と行けば子の髪ぬらすほどの日なたあめ

■ 第1回受賞 高野公彦..歌集『汽水の光』より

月	日	曜
1	1	火
1	2	水
1	3	木
1	4	金
1	5	土
1	6	日
1	7	月
1	8	火
1	9	水
1	10	木
1	11	金
1	12	土
1	13	日
1	14	月
1	15	火
1	16	水
1	17	木
1	18	金
1	19	土
1	20	日
1	21	月
1	22	火
1	23	水
1	24	木
1	25	金
1	26	土
1	27	日
1	28	月
1	29	火
1	30	水
1	31	木
2	1	金
2	2	土
2	3	日
2	4	月
2	5	火
2	6	水
2	7	木
2	8	金
2	9	土
2	10	日
2	11	月
2	12	火
2	13	水
2	14	木
2	15	金
2	16	土
2	17	日
2	18	月
2	19	火
2	20	水
2	21	木
2	22	金
2	23	土
2	24	日
2	25	月
2	26	火
2	27	水
2	28	木
2	29	金
2	30	土
2	31	日
3	1	月
3	2	火
3	3	水
3	4	木
3	5	金
3	6	土
3	7	日
3	8	月
3	9	火
3	10	水
3	11	木
3	12	金
3	13	土
3	14	日
3	15	月
3	16	火
3	17	水
3	18	木
3	19	金
3	20	土
3	21	日
3	22	月
3	23	火
3	24	水
3	25	木
3	26	金
3	27	土
3	28	日
3	29	月
3	30	火
3	31	水
4	1	木
4	2	金
4	3	土
4	4	日
4	5	月
4	6	火
4	7	水
4	8	木
4	9	金
4	10	土
4	11	日
4	12	月
4	13	火
4	14	水
4	15	木
4	16	金
4	17	土
4	18	日
4	19	月
4	20	火
4	21	水
4	22	木
4	23	金
4	24	土
4	25	日
4	26	月
4	27	火
4	28	水
4	29	木
4	30	金
4	31	土
5	1	日
5	2	月
5	3	火
5	4	水
5	5	木
5	6	金
5	7	土
5	8	日
5	9	月
5	10	火
5	11	水
5	12	木
5	13	金
5	14	土
5	15	日
5	16	月
5	17	火
5		

今日の一首

	曜日
	曜
	今日の一首

かぜがおもい、風が重いと言いながら青い傘さす子ども歩めり

■ 第21回受賞 吉川宏志・歌集『鳥の見しもの』より

[illegible]

縄文の子らをあらひし千粒の雨をおもへり子の傘に雨

■ 第11回受賞 坂井修一 .. 歌集『スピリチュアル』より

月日
曜

今日の一首

	曜日
	曜
	今日の一首

ゲーム機の壊れて悲しい息子なり年上の猫にあしらわれおり

■ 第25回受賞 谷岡亜紀..歌集『闇市』より

叱られて泣きぬし吾子がいつか来て我が円周をしづかになぞる

■ 第8回受賞 栗木京子..歌集『水惑星』より

月日 曜

今日の一首

曜日			
曜			
今日の一首			



38

かきいだき吾子あこと眠れる癖つきて

をりをりおもふその吾子^{あこ}がことを

■ 若山牧水..歌集『溪谷集』より

[illegible]

幼かりし二人子のこゑよ尻取りの「る」で始まるは何だつたらう

■ 第6回受賞 河野裕子・歌集『歩く』より

月日 曜

今日の一首

家の花面^{うち}目ないねとささやいて千裕と万莉が描く朝顔

■ 第20回受賞 内藤明・歌集『海界の雲』より

のぼり坂のペダルを踏みつつ子は叫ぶ

「まっすぐ?」、そうだどんどんのぼれ

■ 第2回受賞 佐佐木 幸綱.. 歌集『金色の獅子』より

月日 曜

今日の一首

新品の自転車という羽根を得て息子が辿る我が知らぬ街

■ 第25回受賞 谷岡亜紀.. 歌集『闇市』より

吾子^{あなこ}つれて来^きべかりしものを春日野に

鹿の群れ居る見ればくやしき

■ 若山牧水…歌集『くろ土』より

月日
曜

今日の一首

地球はもうダメだと子ども言い放ち公文の算数解さにかかりぬ

■ 第24回受賞 松村由利子…歌集『鳥女』より

似るな似るなといひて育ててきた息子冷蔵庫にてあたまを冷やす

■ 第9回受賞 米川千嘉子..歌集『滝と流星』より

月日
曜

今日の一首

			曜日
			曜
			今日の一首

二重瞼にあくがれわれを責めやまぬ娘らよ眼めは見るためにある

■ 第5回受賞 小島ゆかり..歌集『希望』より

[illegible]

香貫山いただきに来て吾子とあそび久しく居れば富士晴れにけり

■ 若山牧水…歌集『くろ土』より

月日
曜

今日の一首

らりるれろ言ってごらんとその母を真似て娘は電話のむこう

■ 第3回受賞 永田和宏…歌集『舞庭』より

灯の下にときどき顔を見合はせて風の音聞く猫と子どもと

■ 第20回受賞 内藤明・歌集『虚空の橋』より

月日 曜

今日の一首

バンザイの姿勢で眠りいる吾子よ

そうだバンザイ生まれてバンザイ

■ 第11回受賞 俵万智・歌集『プーさんの鼻』より

ひなた文化散歩



MIYAZAKI.2020

「日本のひなた」宮崎県の文化の魅力を発信

宮崎ゆかりの短歌も紹介しています

最後とは知らぬ最後が過ぎてゆくその連続と思う子育て

■ 第11回受賞 俵万智..歌集『未来のサイズ』より

今日の一首

月日	曜
1	日
2	月
3	火
4	水
5	木
6	金
7	土
8	日
9	月
10	火
11	水
12	木
13	金
14	土
15	日
16	月
17	火
18	水
19	木
20	金
21	土
22	日
23	月
24	火
25	水
26	木
27	金
28	土
29	日
30	月