令和4年度 短歌講座
歌集

講師　藤森　円　先生
（塩尻短歌館指導員）

塩尻市中央公民館

令和四年度短歌講座を振り返って

毎年6月から翌年2月にかけて9回行っている中央公民館短歌講座です。このたび4冊目の短歌集を発行していただくこととなりました。

この講座は、私の恩師である故・保科郁夫先生がかつてこの講座の講師をされていました。令和元年から私が受け持つこととなりました。以前からの方々や新しい方々も交え、形も少しずつ変えながら、続けて来ました。短歌を通じて、人と時間が繋がっていくことのかけがえのなさを感じています。

受講生の皆さんと共に歩みながら、私も添削方針を固めていくことができました。皆さんの指先から生まれた言葉を大事にしながら、十分に鑑賞したあと、一か所のみの添削としています。大幅に変えてしまう場合もあるのですが、それよりも、たった一か所で表情がガラッと変わることを感じていただいた方が、次の歌作に生きていくはずです。その成果として、受講生の皆さんの歌の内容が多彩で、とても楽しい作品が並んでいると思います。

短歌の里、塩尻では、短歌を通じて心のままに、自由に表現していくことができる。みんなで楽しんでいくことができる。そんなふるさとづくりのツールとして確立できるよう、これからも皆さんと共に、新しい歌の数々を楽しんでいきたいと思います。

そして、この歌集を読んで興味が沸いてきたら、ぜひ私たちと一緒に短歌を作りましょう！

令和五年三月

短歌館指導員　藤森　円

今時の
田植はみんな
機械植
手植は園児の
イベントとなり

三溝みい子

雑木々に
命託して
藤の花
みどり
新緑の山に
灯のごと咲く

折橋美代子

じゃが芋の
土寄せをして
ひと休み
アカシヤの花
揺らすそよ風

田辺幸子

咲きそろう
すいせんゆする
春風に
乗って聞こえる
軽騎兵序曲

永原隆

誕生の
祝いし桜は
五十年
子の樹も並びて
語るが如く

滝澤裕子

山裾を
紫色に
飾ってる
やさしい色の
藤や桐花

小島ふみ代

道端の
花の名さえも
知っている
スマホに聞きし
「なよくさふじ」そよぐ

赤羽すえみ

夕日受け
忍冬花の
輝きて
瞬時(とき)惜しむごと
日は沈みゆく

古畑かめ代

雑草の
延び広がるが
愁い事
腰重いまま
暮春の寒さ

百瀬良夫

昭和から
平成令和
時越えて
子と休日の
シンウルトラマン

安藤寿秀

阿智村の
本谷川の
堤行く
君の背中を
隠す花桃

守屋喜久男

て

掌の豆腐

切りて小鍋に

入れる時

拍手せし子ら

甦り来る

藤松淑子

木漏れ日に
そっとマスク
外す朝
零れる恵み
深く吸い込む

島津文雄

諏訪の湖
見下ろす秘密の
さぼり場とふ
子の案内の
柿蔭山房

折橋玲子

夫使ふ
団扇の音は
五月尽
蒸し熱き夜の
雨垂れのごと

矢崎修子

合格に
燥ぐ孫見て
思ひけり
「我が世の春」とは
言へぬ世相に

松澤美和

土手の蕗

貰へますか

どうぞどうぞ

春は心を

伸びやかにする

土田安子

長尾氏の
命の短歌（うた）の
届きたり
選者は言ひぬ
今のうちに言葉も

薄田勝美

授業中
太陽の季節よみ
反感す
吾は楢川
中学二年

宮腰征彦

肩の痛み
ひとつ嘆けば
皆が皆
解決法を
主張してくる

藤森円

毎朝の
時計代りの
星占ひ
一位の時には
信じてその気に

三溝みい子

アルプスで
十六才で
生を閉じ
今星となり
吾を照せり

宮腰征彦

下降する
ＦＤＡは
虹の色
君の暮らした
「星の降る街」

守屋喜久男

祖国への
思い溢れし
人々が
甲板に出で
歌いし「故郷」

田辺幸子

亡き友の
四十年を
支へ来し
懐中時計の
錆は勲章（元国鉄マン）

松澤美和

巣籠りを
決めた日なれど
一位とは
朝の慣の
星座占ひ

折橋玲子

一番星
指さし見上げ
喜んだ
幼な子も父
その父見上げ居る

滝澤裕子

風もあり
日射し濃けれど
畑に出で
野菜と話せば
いつしか無心

土田安子

仕事終え
宵の明星
西の空
亡母（はは）の御霊（みたま）が
キラリと光る

島津文雄

そよそよや
さわさわさわが
気分良し
梅雨の合間の
庭の草花

小島ふみ代

赤ダイヤ
産地直送の
さくらんぼ
お隣さんへも
「お一つどうぞ」

赤羽すえみ

にわすみ
庭隅に

白き「つゆくさ」

さきみだれ

株わけのかいあり

五年にぎやかになり

塚原やよひ

「かあさんが
かえるころいつも
みえるんだ」
子の指す先に
宵の明星

藤松淑子

雨月明け
蒸し暑き夜の
空見つつ
星一つ会ひたし
何処にをるや

矢崎修子

道脇に
線状に咲く
白詰草
ボヘミアンの
心に歩かむ

薄田勝美

むらさきの
チドリ草の花
そよぐ午後
映像に観る
ウクライナの戦（いくさ）

下井貞子

ギラギラと
照らす日射しが
子どもらを
キラキラ光らす
汗と笑顔を

安藤寿秀

「図星でしょ
本当は美味しく
ないんでしょ」
さうだとしても
うんとは言はない

藤森円

目の前の
有事にとらわれ
せまり来る
財政危機を
忘れた選挙

永原隆

八月は
楽しみありき
悲しみも
この人生を
「強く優しく」

滝澤裕子

紫蘇摘めば

「晴れた昼間に

採るが良し」

昔の婆の

ょ

ことば過ぎり

古畑かめ代

連日の
豪雨続きし
九州へ
電話で安否
みんな無事だよ

百瀬良夫

九回の
奇跡信じて
女生徒の
祈る姿を
テレビは写す

松澤美和

冬の朝
たおれ夕五時
救急車
どれほどつらく
不安だったか

塚原やよひ

今庭に
凛と咲き立つ
姥百合（うばゆり）は
四年毎なる
周期を守る

土田安子

幸せだつたと
気付く時
もうそれは
終つてゐるのだ
過去形なんだ

矢崎修子

笑顔で握手は
いつのこと
雲つかむような
ロシアと
ウクライナ

赤羽すえみ

夏の空
入道雲が
よく似合ふ
心の雲は
消えてなくなれ

三溝みい子

コスモスの
花びら散らす
初秋の
風に漂ひ
鰯雲ゆく

折橋美代子

草取りに
追われる日々も
良しとして
変りゆく雲
楽しみながら

田辺幸子

庭先の
な
初生り胡瓜を
仏前に
上手く出来たと
報告してる

小島ふみ代

夏休み
思い出づくり
釣り堀へ
青と緑と
雲の峰下

安藤寿秀

待宵草
いや宵待草と
諍ひぬ
雲行き怪し
月昇り初む

藤松淑子

山開きの
富士に笠雲
かかりおり
夢に出た君は
朝霧に消ゆ

守屋喜久男

知事選は
大家選びと
笑ふ母
あの日の空にも
浮き雲ひとつ

折橋玲子

柔らかな
雲にのりたい
どこまでも
まだ見ぬ人の
見知らぬ国へ

島津文雄

杉の木の
頂き遥か
枝の間に
雲のかがよふ
夕影のなか

薄田勝美

誰も見てゐない
道端で
ゴミ一つ
拾つてみれば
入道雲たつ

藤森円

マリウポリを
もろこし積んで
出港へ
飢ゑし人待つ
アフリカの地に

赤羽すえみ

戦前の日本の国によく似てるプーチン・ロシアの今の姿は

永原隆

水木沢
天然林の
山歩き
原始の森の
大サワラにタッチ

小島ふみ代

遅れても
動力無しの
畑仕事
異常気象が
作業の邪魔に

百瀬良夫

庭隅に
遅れ咲きたる
紫陽花は
切るをためらう
逝く夏の風

折橋美代子

薪を焚く
焔の橙
目に沁むる
燃料は武器
思ひ知りたり

土田安子

帰郷せし
娘へのちそうは
夕顔と
ささげの煮物
コリンキー漬け

塚原やよひ

中身だけ
口に残して
皮を出す
デラウェアの食べ方
教ふは難し

三溝みい子

籠持ちて
葡萄畑を
巡り来て
振る舞いくれし
はは　ま
義母の混ぜ寿司

田辺幸子

ぶどう作り
やがてワインを
楽しみに
働きし人
九十五才閉じ

滝澤裕子

葡萄の香
残して走る
軽トラに
お疲れさまと
傾く夕日

古畑かめ代

香り立つ
ナイヤガラを待つ
友のゐて
桔梗ヶ原の
空気もつめる

下井貞子

新聞の
梅雨明けやっぱり
違います
驚きもせず
ぶどう頬張る

安藤寿秀

うから

親族らの
墓も詣でる
送り盆
熟れたる葡萄の
香り流れ来

藤松淑子

立秋に
ナイヤの蔓が
風にゆれ
都会に戻る
君を招くよ

守屋喜久男

二十の子は
高校ワインの
栓開けて
やうやく語る
メルローのこと

折橋玲子

車窓より
ぶだうの香り
入りてくる
二人して住む
この町がすき

矢崎修子

若き日に
「サファイヤ色の
野ぶだう」と
唱へしことも
遠くなりたり

松澤美和

こんがりと
妻の自慢の
ぶどうパン
ペロッと食べた
二人の時間

島津文雄

遥かなる
運動会の
なつかしさ
ござに座し食む
甲州ぶどう

薄田勝美

タンク車と
ぶどう棚とが
並び居て
特急通過を
待つ塩尻駅

藤森円

他愛ない
話を聞いて
くれる人
「今日は暑いね」
「コホロギ鳴いたね」

三溝みい子

虫籠の
夜な夜な鳴きゐる
鈴虫の
にはかに静もる
まさかの共食ひ

藤松淑子

送り火を
焚く傍らの
草むらに
チツチチツチと
はや秋の使者

折橋美代子

山栗は
一味(ひとあじ)違うと
栗飯に
「美味しかった」と
届いた感想

小島ふみ代

締め切りの
近づきたれば
こおろぎは
歌に詠めとぞ
声響かせる

永原隆

県内を
甚だ強い
台風の
過ぐるを告げて
秋虫が鳴く

百瀬良夫

鈴虫の
リーンリーンに
誘われて
声はすれども
姿は見えず

島津文雄

いろいろな
人と出会へる
マレット場
丸太に腰かけ
よもやまばなし

矢崎修子

全能の
神に祈ろう
停戦を
冬が来る前
ウクライナの地に

赤羽すえみ

濁流に
呑みこまれゆく
黄金の稲穂
こほろぎばつた
逃げる場所ない

土田安子

土手道に
落ちていたのは
甲虫（かぶとむし）
ブナの根元に
そっと埋めやる

田辺幸子

公園の
ベンチの下の
コオロギに
耳を澄ませば
遠ざかる君

守屋喜久男

「わあ虫だ」
何でも虫は
大嫌いな
孫息子は
コオロギ見ていう

滝澤裕子

桜の木に
な
柿が生りしと
思いきや
トマトが昇り
こちら見て居り

古畑かめ代

コロナ禍で
面会謝絶
三ヶ月
ようやく明日
娘に逢える

塚原やよひ

名月に
押され気味なる
虫の声
今宵は自然の
フェスティバルなり

松澤美和

鷺一羽

雨の刈田に

啄みす

自由ありしが

さみしからうに

薄田勝美

里山の
秋の虫見て
一休み
季節感じて
腹の虫鳴く

安藤寿秀

カマキリの
虫かご覗けば
こほろぎの
残骸数多
散乱したり

藤森円

電柱に
止まりて鳩は
ボウボウと
草取る我に
語るごと鳴く

田辺幸子

むし暑く
寝そびれたれば
おかいこの
桑はむ音が
よみがえりたる

永原隆

向日葵が
好きと言ひしが
この頃は
揺れる薄の
寂しさを知る

赤羽すえみ

南空に
飛行機雲
五・六本
南西にのび
どこへ行くのか

塚原やよひ

若者の
AI短歌と
いふ話
時代は変はる
短歌も変はる

松澤美和

冬近き
小さき庭に
雑草が
温暖化ゆゑか
まだまだ緑

土田安子

色付きて
風も無いのに
また一葉（ひとは）
枝から離れる
枯葉の気持

三溝みい子

神社への
細くて長い
一本道

祖母の思いと
落葉踏みしめ

安藤寿秀

もみぢ散る
奈良井の宿場
桧笠(ひがさ)背に
乙女等が行く
さざめきにつつ

折橋美代子

はらはらと
散らふ落ち葉を
掃き居ると
ご苦労様と
背をたたき行く

百瀬良夫

ヒラヒラと
舞い散る枯れ葉と
満開の
秋明菊は
共に揺れ居り

滝澤裕子

石碑前
短歌を学ぶ
子等の声
落葉掃く手の
軽くなりたり

古畑かめ代

軒先から
道端までの
落葉を
日に何度でも
掃き集めてる

小島ふみ代

岳樺の
落ち葉踏みしめ
仰ぎ見る
おんたけ
御嶽山の峰
君登りけむ

守屋喜久男

老朽の
役場を壊す
音聞こゆ
銀杏落葉に
通り雨降る

藤松淑子

枯葉舞う
イブ・モンタンに
誘われて
漫歩きの
奈良井の宿に

宮腰征彦

踏み入れば
天使の遊戯
まつ盛り
真つ赤な落ち葉
風を友にし

薄田勝美

意地張って
妻と無言の
散歩道

ひらりと落ち葉
二人の肩に

島津文雄

落ち葉焚(た)く
コースの片側
をちこちに
赤き焔(ほのほ)の
ゆらゆら秋の日

矢崎修子

先生は
芋で穴差し
子らは散り
落葉集めの
速度は上がる

折橋玲子

もみぢ葉は
掃きて掃きても
溢れ出づ
むかしばなしの
小判のやうに

藤森円

瀬をはやみ
音たて流る
世の様は
ともづなつなぐ
岸とてもなし

永原隆

落葉の
林に光
射し込みて
赤黄緑の
もみじ輝く

古畑かめ代

白鷺の
一本足に
水面追う
冬日を浴びて
孤独の一日（ひとひ）

下井貞子

たそがれに
飛行機雲が
くっきりと
三筋四筋と
西山を越ゆ

小島ふみ代

初霜の
庭の陽だまり
黄蝶二羽
紫苑の残花に
舞うを哀れむ

折橋美代子

霜枯れて
土手の木の笹は
散りゆけり
県道を行く
スクールバス見ゆ

田辺幸子

手作りの
ひのきチップの
庭小径
今朝の散歩は
いよいよ「霜道」

滝澤裕子

降霜の
朝日に映ゆる
柿の実の
とよ
豊の年とて
もぎ手八十五才

百瀬良夫

窓の外
朝日を浴びた
降霜を
確認したら
お布団さんへ

安藤寿秀

幼き日
白一面の
霜の朝
一里の道を
登校の吾

赤羽すえみ

短歌館に
いささかの縁
ありし叔父
その短歌(うた)詠めば
往時偲ばる

松澤美和

ザクザクと
落ち葉の道で
孫も吾も
秋の宇宙を
踏み締めている

薄田勝美

霜になど
負けるものかと
実を付けた
トマトの色づき
ゆつくりと待つ

折橋玲子

寒い朝
オブジェのような
霜柱
妻とザクザク
吐く息白く

島津文雄

夏中を
おおいつくしし
アレチウリ
霜に当りて
土色となる

三溝みい子

玉葱の
畑に降りし
霜強く
立冬の朝に
旅立ちし君

守屋喜久男

スーパーの
霜降牛肉
目に留まる
生唾飲みて
現に返る

藤松淑子

その風情
味ははずして
怖れたる
初霜遅霜
農なしをれば

土田安子

霜の朝

庭土さくさく

踏みてゆく

昨日のぬくもり

残る塗蔵へゆく

矢崎修子

二年前
初霜の朝
たおれし娘は
立つ事もできず
食も楽しめず

塚原やよひ

霜降りて
萎れざる葉と
萎れる葉を
比喩とするなら
吾は萎れる

藤森　円

カタールの

芝生に蹴つて

点と線

脚技の競技に

日の丸ゆれる

下井貞子

目の手術
済みて見上げる
夜空には
オリオンの星
くつきりと有り

田辺幸子

銀巴里の
画像見ては
懐かしみ
６０年の
歩み確かむ

宮腰征彦

雪しんしんと
囲炉裏火ちろちろ
燃ゆる夜
祖母と繭玉
作りし幻

折橋美代子

夫と我
同郷なれば
お雑煮も
すましじたての
古里の味

三溝みい子

揚げ餅に
私おしるこ
いや雑煮
新春の昼
孫九人なり

滝澤裕子

コロナ禍や
物価高なる
年の暮
御鏡供へ
平安祈願

百瀬良夫

餅つきは
ようやく出番の
杵と臼
に
息子達の力で
今年も無事に

小島ふみ代

夕方に
杵搗きの餅
いただきぬ
今年の雑煮
格別の味

古畑かめ代

お雑煮の
中で際立つ
二人組
今年の幸せ
願って確保

安藤寿秀

リビングに
下りて嘘を
ひとつして
また二階へと
思春期の孫

松澤美和

捜しものは
ほかの仕事は
手につかず
見つかるまでは
つい捜したる

土田安子

沖縄より
二年ぶりの
大学生
伸びたる足に
スニーカー眩し

赤羽すえみ

たちまちに
アルプス見えぬ
吹雪く日や
みすずの（雪）に
こころひろごる

薄田勝美

出張の
多き会社の
新春に
新妻の雑煮
君食いたるや

守屋喜久男

餅搗きて
子等と鏡餅
成す慣（ならひ）
来む年の幸
願ひて作る

藤松淑子

どんど焼の
燻る熱に
頬染めて
子らは餅焼く
職人の顔

折橋玲子

杵でつく
伸びてふっくら
鏡餅
小豆を焚いて
夫婦善哉

島津文雄

幾臼もの
杵つき餅は
並びをり
渡り廊下を
昔むかしは

矢崎修子

魚沼の
もち米届き
くるみもち
お雑煮しるこ
うれしいただく

塚原やよひ

「カビ生えた
餅はかうして
そぎ落として
食べるといいよ」
にほひは取れず

藤森円

な

生り年で
残しておいた
柿の実も
いつしか無くなり
冬ざれの風

田辺幸子

只見線
難工事とう
耳にして
なたぎり
山刀伐越えの
芭蕉を思う

永原隆

幾つもの
バケツに水張り
手作りの
アイスキャンドル
町並に灯る

小島ふみ代

ラニーニャの
影響受けて
物価も上り
皆も
ブルブル

宮腰征彦

草枯の
マリーゴールド
手入れ無く
福良雀の
餌食の場所に

百瀬良夫

鬼の面を
かぶりて吾子は
君の子の
豆の嵐に
逃げ惑ふなり

三溝みい子

春を待ち
邪気を払いて
「鬼は外」
「福は内」の声
夕焼けを背に

滝澤裕子

店先の
鬼面みては
よみがえる
家中豆まく
はしゃぎし吾児よ

古畑かめ代

「鬼十三月」と
木片に書かれ
戸間に有りし
亡母のふる里
節分の季節（とき）

折橋美代子

息子には
心鬼にし
声をかけ
合格してよと
春待ちわびる

安藤寿秀

秋の日に
拾ひし山の
鬼胡桃（くるみ）
濃くすりおろし
焼餅ころがす

下井貞子

武器受けて
ますます広がる
激戦に
終末時計は
零時に近づく

赤羽すえみ

今年又
ビーツ有るよの
友のことば
じゃあボルシチ
いっぱいつくれるね

塚原やよひ

枯葉色の
野原に竹藪
そよぎをり
はやく芽を出せ
竹の子たけの子

矢崎修子

公園の
「もういいかい」に
吾のうしろへ
屈む二人を
鬼から隠す

折橋玲子

コロナ禍の
凧の尻尾が
ちぎれ飛び
目隠しされた
鬼瓦見ゆ

守屋喜久男

キッチンの
鬼軍曹に
仕込まれて
様にならない
エプロン姿

島津文雄

大雪に
鬼瓦落ち
砕けたり
凶の御神籤
引きたる心地す

藤松淑子

今年こそ
コロナの鬼を
退治して
三人目となる
曽孫抱きたし

みたり

松澤美和

「鬼は外！」って
「私に投げるの？」
吾の心
気づかぬうちに
鬼のやうらし

土田安子

恩寵と
懲罰もてる
鬼の霊
現を生きる
吾に降る霊は

薄田勝美

元気よく
豆をまけよと
言ひたれど
なんと優しき
声の息子ら

藤森円

おわりに

塩尻市中央公民館短歌講座の歌集第四号ができあがりました。令和四年六月から令和五年二月までの九回の講座に、受講生の皆様が投稿され、藤森先生からご指導いただいた短歌を掲載させていただきました。一首一首に、その時の受講生の皆様の思いが深くこめられています。熱心に受講された皆様の短歌講座のまとめとして、この歌集を発行いたしました。

この歌集が、これからの作歌に役立つことを願っています。

本講座の講師、藤森　円先生には、一首一首について、丁寧にわかりやすくご指導いただきました。この場をお借りして感謝申し上げます。

令和五年三月

塩尻市中央公民館長　赤津　勝広

令和４年度短歌講座　短歌集

編集・発行　塩尻市中央公民館
発　行　日　　令和５年６月
お 問 合 せ　中央公民館
　　電話：0263-52-0899