

令和7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

令和七年度短歌講座を振り返って

毎年六月から翌年二月にかけて九回行っている中央公民館短歌講座です。回を重ね、七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。

前回の短歌集のあいさつ文を読みながらこの原稿を書いています。令和七年度の自分はどうだったか、振り返ってみました。

なるほど：：数年前の迷いに比べると、最近はほぼ変わらぬ方針で添削してきました。多くの情報を盛り込み過ぎず、言葉をそぎ落として、感動したことが端的に表れるように心がける。私の中では、この方針が一番しっくりしています。作者の指先から生み出されたものを最大限生かすために、足し算よりも引き算を行うことでより輝きが生まれるのであれば、お互いに気持ち良いことだと思います。

そして受講生の皆さんの短歌ですが、実に生き生きとした歌が数多くあることに驚かされます。普段の生活の中のきらめきを掴み取っている歌。古語や文語体に果敢に挑戦している歌。現代短歌の最先端を突き進む歌。これらが短歌教室に並ぶことで表現の研鑽になることはもちろんですが、作者お一人お一人の心をみんなで共有できることが、一番大事なことだと思います。

全九回の講座を通して出来上がったこの歌集、どんな輝きを放っているのでしょうか。

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！

令和八年三月

短歌館指導員 藤森 円

立葵やつと蕾が膨らめます

今年もあやし明日も夏日と

百瀬良夫

残雪の白き山を背景に

りん

しんく

ぼたん

凜として咲く深紅の牡丹

米久保永江

住む人の居ない旧家の玄関に

今年も梅花幾年月咲き

瀧澤裕子

春過ぎて夏来るらし我が庭の

あやめかすめてツバメニ羽翔ぶ

加藤容子

舞いおりてとびが小枝にとまりおり

重さわずかに730

米山淳子

芽風吹き緑おりなす幾何模様

塩領の裾仰ぎ見る朝

荻原保子

咲きはてて白桃の花びら風くれば

吹雪のごとく流れてゆけり

折橋美代子

曇天の小五の孫の運動会

良く頑張れた楽しかったね

小島ふみ代

新緑に二人の会話響き合い

心の垢も洗われてゆく

島津文雄

水張田に蛙の合唱やってきた

秋には豊作お頼み申す

三溝みい子

咲き初めの藤の花の穂あさみどり

ゆるゆる伸びて気づけば房に

折橋玲子

邪魔をする積り無けれど退いて欲し

つがひ

道に居座る番の小鳩

藤松淑子

ろうきゆう

「籠球」のなかに潜んだ龍は飛び

君のボールの軌道を追った

小澤奈央

カツコウと桔梗ヶ原にこだませり

去年と同じ五月十四日

守屋喜久男

農道を曲がればそこに雉一羽

暫し一緒の散歩となりぬ

田辺幸子

五月より全山緑り青火事か

生命いたたく奈良井の山に

宮腰征彦

古古米も古米も味は変わらずと

人皆買ひ行き長蛇の列に

赤羽すえみ

改札の上に巣づくつばくらめ

めおとそろいてゆめふくらませ

村上カツヒコ

吾の家の廂の隙間長い藁を

口にくはへた雀が向かふ

土田安子

今朝もまた壁の街にて爆発す

無言のウツギ真白の涙

薄田勝美

吾が母の青春時代の美しき

詩歌あらはる母逝きしのち

藤森円

お祭りのわたあめ欲しいなヨーヨーも

ちよっぴりおしやれし父と手つなぎ

三溝みい子

浴衣着てはぐれぬように手を繋ぎ

祭りの灯りは夏のときめき

島津文雄

町なべて家毎に立つ青竹と

灯す提灯竹祭り恋ふ

藤松淑子

子も吾も夢中で踊りし
玄蕃まつり

並ぶ人らと一夜の狐

折橋玲子

小夜ふけて玄蕃まつりの行列の

狐の面が神社に帰る

守屋喜久男

桜葉を伝いて雨が落ちてくる

ウツドデツキに拡がる水の輪

田辺幸子

国破れ神ほとけなく祭りなく

モーレッツ社員貧しき御代よ

村上カツヒコ

お祭りの記憶と老いた母の手を

重ねて歩く新宿駅前

小澤奈央

スーパーの米の売り場を見てしまふ

そんな癖がつきてしまへり

土田安子

総代の務めを終し村祭り

スマホ片手に感謝の辞

ことは

宮腰征彦

うす紅の芙蓉のはなのふうはりと

み寺を包みほほ笑んでゐる

薄田勝美

征くはずの特攻隊は終戦に

兄は堂々白寿まで生く

赤羽すえみ

夏祭り焼きそば三人の息子たちと

食べた太麺の香ばしさ良いね

藤森円

えどくって玄蕃祭りのきつね顔

二度見されども化けてコンコン

荻原保子

野馬追いの祭りをかたる夫の瞳は

はるか相馬のふるさと映す

加藤容子

雲助と長持ちのギコギコ鳴るを

怖がり泣くは幼き私

米山淳子

つんつんと大空目指し伸びてゆく

ライ麦の穂のみどりさわやか

米久保永江

どこからか耳を澄ませばほらあのね

笛に太鼓の祭りの練習

瀧澤裕子

四日前生れし子馬は昼寝中

眼差しやさしく母が寄りそふ

(開田高原)

折橋美代子

籠に乗り「下に下に」とお茶壺が

家来を従えお茶壺道中

小島ふみ代

梅を干す二人がかりで干す梅の

ほのかな香り恵みに感謝

古畑かめ代

あじさい

この暑さ紫陽花の花も日焼けした

地球はいつたいどうなるのだらう

米久保永江

母さんも好きだったなと父が云う

匂いたつ藍その花桔梗

加藤容子

盆棚の誰が作りしか瓜の馬

駿馬さながら美術品並

荻原保子

盆準備先祖の仏具磨きつゝ

江戸から令和へあふるゝ思い

瀧澤裕子

畑仕事やらねばならぬにこの暑さ

片付かぬまま迎へるお盆

百瀬良夫

盆に来る孫らの声は絶え間なく

帰ったあとの静けさにほっ

米山淳子

早朝のお墓の掃除は三軒分

さつぱり出来て線香供える

小島ふみ代

軒ごとの盆灯笼の灯も消えて

人影まばらに宿場更けゆく

折橋美代子

嗚呼悲し十六才で生をとじ

母の八十(年)あまりに長し

宮腰征彦

盆棚に形良さげな茄子と胡瓜

うり

迎へ火たいて御先祖様を

三溝みい子

墓参り墓石磨き汗ぬぐう

「また来たよ」って父母と語らう

島津文雄

盆棚と提灯買ひ替へ居間に置き

迎へし先祖と三食供に

折橋玲子

盆休み帰省の予定知らせ来る

迎える準備少しずつでも

田辺幸子

はるかなる菩提寺からののがき見て

盆塔婆建て先祖を偲ぶ

守屋喜久男

あのお盆砲声止んでせみの声

民のやるせなきいかばかりかは

村上カツヒコ

都会より月よりペテルギウスより

遠くの祖母に逢える新盆

小澤奈央

お盆には兄妹八人集まりて

幼き頃を偲んでみたし

赤羽すえみ

ロケットにて宇宙に行ける世になるも

みおや

御祖の往来ナス・キュウリなり

藤松淑子

猛暑ゆるゑ成長早し特大の

胡瓜馬茄子牛でお盆迎へる

土田安子

新盆の法要終へて吾が父は

ほとけのやうなうたた寝をせり

藤森円

人前でぎこちなくとも背を伸ばす

新米営業足元震え

島津文雄

「夕飯は要らぬ」と拗すねて籠こもる部屋の

前に置かれしお結びふたつ

藤松淑子

備蓄米と言はずに炊みて食卓に

何も気付かず普通に食べた

三溝みい子

熱帯夜でぬかるんだ身を引き締める

儀式のように米を研ぐ朝

小澤奈央

スーパーの棚いつぱいの銘柄米

あたり前とは思えぬ今は

折橋玲子

新米を送れる迄の繋ぎにと

心配りのお米が届く

田辺幸子

帰り道サービスエリアでおにぎりの

フリーサービスふと嘔みしめて

村上カツヒコ

いつの世も食べることには苦勞せり

時は変れど騒動おこる

宮腰征彦

日照り続く新潟地方に雨予報

ひび割れし田は生き返りしか

赤羽すえみ

酒米の汁たしなみし夏の宵

桃の汁吸うカブトムシ見ゆ

守屋喜久男

古古米を美味しく食べる調理法

賢き人らはすぐ考へる

土田安子

亡母と行きし稲田への道懐かしき

「八十八回」の手間かかるを

薄田勝美

雨粒の形して雲ほど群れて

太陽の色している米よ

上條弘夢

備蓄米は悪くないけど高値なる

銘柄米も買つてみようか

藤森円

人類をサピエンスとは言えないね

争い好むDNAを持ってる

加藤容子

なにげなく見上げた空にうろこ雲

けはい

暑さの中にも秋の気配が

米久保永江

なんとなく裡うちに重たき曇り日は

花の模様のスリッパを買う

折橋美代子

山の名に飯盛鉢盛鉢伏と
めしもり

大盛り食を民願はむいしか

荻原保子

新米の便りが届き笑顔なり

迷えし顔の新、古米前

瀧澤裕子

苗字からお米に困るはずはない？

米の山とはなんとぜいたく

米山淳子

米どころ猛暑・豪雨を堪に堪

産地を守る農民の意地

百瀬良夫

稲刈りとイナゴ取ったり外れたり

子ども時代は皆よくやったね

小島ふみ代

朝早くきょうも散歩のかける君

涼しくな^すって足どりも軽く

米久保永江

「月見草の花のようだ」と誰が云いし

月見草咲く川辺を歩む

折橋美代子

置き去られアンパンマンのおもちや達

バアバと歌う「案山子」「乾杯」

荻原保子

ひとつだけ売れ残ってたブドウパンを

二人でほおばる秋風の朝

加藤容子

牛乳と重曹少しと粉混ぜて

焼いたパン食べ兄弟育った

小島ふみ代

今日の昼パン食しましよ手作りの

赤ちそジュースにサラダを添えて

瀧澤裕子

うつつ

現ならアンパンマンよ飛べ「ガザへ」

かたま

やせ衰ふ見数多片待つ

百瀬良夫

厚切りのトーストにバターたまららない

昔は喫茶今はわが家で

米山淳子

来年の花のカタログ見始めれば

悩みごとなどつい忘れたり

土田安子

道すがら満開に咲く金木犀

あたり一面花の香広がる

赤羽すえみ

休んだ子のパンを届けに行つたこと

届けてもらつたことも嬉しき

三溝みい子

朝食のふつくら香るロールパン

眠気もそっと甘く解ける

島津文雄

売店で噂のメロンパン小父さん

病棟に知る正体は父と

折橋玲子

店先に（自由にどうぞ）とパンの耳

置かれ居りしがとんと見かけず

藤松淑子

パン皿にバターと蜂蜜たれたまま

孫は飛び出す日曜の朝

守屋喜久男

ぼくはパン私はごはんぼくはパン

若いはじめのあの朝だっけ

村上カツヒコ

焼きたての食パンだった

秋の陽をまとった犬を抱いた匂いは

小澤奈央

パンコーナー残り三個のメロンパン

明日来る孫に買うことにする

田辺幸子

形見て舌で味わひ吟味する

やはり美味しいあんパンまんわ

宮腰征彦

建物に逃げ込んだ小人を探す

巨大なロボの如く切るパン

上條弘夢

着ぐるみのアンプマンが近寄れば

「バイキンマンが好き」とふ幼

藤森円

イガがあり鬼皮があり渋皮が固い

守りの乙女だ栗は

三溝みい子

このサイズを拾ってきた父へのグチが

隠し味です山栗ごはん

小澤奈央

ゆで栗をほじりにほじるきんとんへの

欲強きほど出来は上々

折橋玲子

子供らの拾ひ集めし栗の実の

ならひ

大晦日に食む慣絶えたり

藤松淑子

夕暮れて栗おこわのおすそわけ

噛みしめ甘きほかほかの湯気

村上カツヒコ

話しつゝ友と行く道萩咲きて

栗の実も落ち二、三個拾う

田辺幸子

山栗を熊に先立ち拾いしも

内は虫喰い食欲の秋

守屋喜久男

反抗期の栗は夕焼け色になる

重責に耐えかね身を開く

上條弘夢

栗菓子の美味しさは格別

皮剥きの内職をするおばさんがをり

土田安子

ちいさくも山栗の甘さ今も沁む

干しては茹でて若き日の母

薄田勝美

シマリス

縞栗鼠が二匹行つたり来たりするだけの

檻だけ見つめるぼくだけ

藤森円

いくとせ
幾年の山越え谷越え今ここに

かがや

集う友らの笑顔輝く

(中学校の同級会)

米久保永江

銀漢は寒露降らせて粟は笑む

我は温めた酒喰らうべし

加藤容子

見上げればまだまだあるぞ栗の実が

「熊に注意」の看板よそに

島津文雄

丹波栗秋の味覚をいただいて

栗おこわにし楽しみて居り

瀧澤裕子

夜なべして栗の皮むき難儀した

ぽろたん登場栗三昧

荻原保子

面倒な栗の皮むきそれよりも

食べたいが勝さり頑張る私

米山淳子

コオロギの鳴き声いつまで楽しめる

神無月なり二十三日

小島ふみ代

冬がまへ団栗不作で人里へ

母熊連立つ吾等腹ぺこ

百瀬良夫

かろやかに（カラシコロシ）と栗跳ねる

瓦の屋根は今年も元気

宮腰征彦

団栗や栗が不作と山を下り

「森の熊さん」人まで襲ふ

赤羽すえみ

ウクライナの戦禍を逃れ力士へと

「さらに上をと」「目指す安青錦

あおにしき

小島ふみ代

(ガソリン)とお題推す勇リスペクト

つむ

試案の頭にトチの葉ひらり

荻原保子

ガソリンを入れるは夫の役なのに

度々忘れる心細いな

加藤容子

ガソリンを満タンにしてさあ行くね

紅葉狩りかとやはり通院よ

瀧澤裕子

冬の時季は灯油ガソリン電気代

うなぎのぼりでふところ寒し

米久保永江

一リットル何円の文字に一喜一憂

たかが十円されど十円

米山淳子

ここかしこ熊出没の記事多く

あ

報道褪せたガソリン減税

百瀬良夫

ガソリンの匂い残して若者等

真夏真昼間バイク馳せ行く

折橋美代子

ホテルでの朝の食事はバイキング

外国の人と隣り合わせで

田辺幸子

遠出せぬ遠いドライブ遠い夢

地図をたたんで雲をながめる

島津文雄

セルフレジセルフ給油にタッチパネル

人との会話少なくなりたり

三溝みい子

ガソリンの未だ残るも満タンにす

たしな

冬場に向かふ嗜みとして

藤松淑子

ガソリンの匂い追掛けし少年は

米寿となりて昔を偲ぶ

赤羽すえみ

ガソリンの臭が好きと言し娘がこ

車のモデル二度もびっくり

宮腰征彦

県境を越えるのならば控へめに

入れたガソリン帰路は満タン

折橋玲子

横目見て御坂エリアでガソリンの

切れるや店の手当忘れ得ず

村上カツヒコ

値上がりのガソリン上目の暴走族

静かになりし国道の夜

守屋喜久男

ガス欠じゃ動けないしと口にする

甘い言い訳と九時半のチョコ

小澤奈央

お米には代用あれどガソリンは

それが無きゆるゑその動き切実

土田安子

転がってきた新聞のダ・ヴィンチへ

軽油が飛んで飛ばされてった

上條弘夢

最終の宅急便の発車前

ガソリン・荷物がひしめきるとき

薄田勝美

君のその恨む心はガソリンでは

強すぎるので香味油にせよ

藤森円

年賀状を続ける終うは世の流れ

元気な言葉でご縁もつなぐ

小島ふみ代

年越しにベンチで駅ソバ食べながら

何を祈るか旅行く人よ

加藤容子

お飾りの講習会に自作をと

飾れる品は容易くはなし

たやす

百瀬良夫

受験孫バイト励む子卒業ね

三人の道希望の新年

瀧澤裕子

孫たちとにぎやかに祝うお正月

今年も元気にがんばりたいね

米久保永江

箱根路を優勝目指し襍次ぐ

学生たちに感動受ける

中野友美

初詣で父に手ひかれ新雪の

山路をたどりしはるか杳き日

折橋美代子

元旦に亡くなりし義母ははは病院を出

孫やひ孫で賑わう家やに

米山淳子

石段の下から詣る初詣まい

それすら無理な令和八年

荻原保子

もがりぶえ

虎落笛窓打ちならず聞きながら

令和七年世相を憂う

宮腰征彦

ご馳走は正月よりもお年取りに

鰯に煮物にけんちん等等

三溝みい子

年越の魚は鰯と慣はしで

捌く父の手子等は見つめた

赤羽すえみ

ままごとのやうなお節のチラシ見て

質より量と黒豆を煮る

折橋玲子

北風の仲間入りして子どもらは

迎春の空に凧舞い上げる

小澤奈央

初日の出にふたりで
拝み笑い合う

去年のけんか雲の彼方へ

島津文雄

睦月たち天も土もあらたまり
あめ

ときわの松に善事あれかし

村上カツヒコ

ちちはは

父母も出会えなかつたひこ孫を

いだ

われ

抱きて吾は迎える正月

田辺幸子

元旦の朝にはためく日章旗

あれは市役所屋上あたり

守屋喜久男

年一度お正月だけのその便り

それぞれ友の近況を知る

土田安子

右の目は皆既日食

左の目は金環日食と、描く達磨

上條弘夢

初夢に父が出てきて

ありがたい言葉を何か言つた気がする

藤森円

見端みばの良くコーティングされた鏡餅

中身がまさかの切り餅なりとは

藤松淑子

御供えにアルストロメリアを送ります

介護十年お疲れ友へ

小島ふみ代

諏訪の湖の凍み渡る日を幾年も

夫婦の神は待ちて如何にか

加藤容子

いちやじ

かす汁は一夜凍ましの豆腐入れ

仕上げはすんき多めが決め手

荻原保子

朝日背にいつもの散歩庭小径

水瓶凍り厚さ増しゆく

瀧澤裕子

冬の夜家族で作った凍り餅

おこひるに食べた味思い出す

米久保永江

今朝の凍窓のガラスの造形美

杳き日に見し朝につながる

折橋美代子

湖が厚く凍ってせり上がる

お神渡りなれ今年こそはと

米山淳子

御神渡り氏子の担う観察は

気象変化の災害見入る

百瀬良夫

校庭を凍らせ作るスケート場

寒い中でも楽しい体育

中野友美

パンダが日本にゐなくなる

外交に使はれてるとは知るや知らずや

三溝みい子

しやりしやりと寄せては返す諏訪湖畔

四里の道を歩いて回る

守屋喜久男

老い入れの用を果たすに手を伸べて

助け下さりし人は年うへ

村上カツヒコ

笑ひ声診療室よりきこえくる

若き医師の心の在り処

薄田勝美

凍てすぎて笑ってしまふその理由は

冬だけが知ってる人の弱さよ

島津文雄

うすらひ

あの大き薄ら氷壊さず跳び越せば

入試合格と子は走りゆく

藤松淑子

足指が無いね無いよとおどけてた

凍てつく朝の剣道部員

小澤奈央

凍てし日に七十年の訪問を

懐かしさあり複雑あり

宮腰征彦

立ち昇る煙はやがて凍て星となりて

瞬く猫旅立ちぬ

折橋玲子

泣きながら寒さに耐へて帰った日

一里の道は六歳につらし

赤羽すえみ

寒中の凍しみる日なれど友集い

春を待つなり歌い語りて

田辺幸子

早一輪
嚴冬の庭に福寿草

通りゆく人不安を語る

土田安子

息すれば肺凍る国サハへ行く前の

最後の服をする

上條弘夢

亡き父の居りし実家の片隅の

小さき不凍栓見つけたり今

藤森円

おわりに

塩尻市中央公民館短歌講座の歌集第七集ができあがりしました。

令和七年六月から令和八年二月までの九回の講座の中で、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いたしました。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。

短歌の醍醐味として、「季語の制限がなく、口語を使って個人の日常を自由に詠める」「特別な体験ではなく、誰でもリラックスして作れる、身近で奥深い表現手段」などが挙げられており、乙世代を含めた幅広い世代の心をつかんでいると言われています。この歌集が、これからの皆様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。

令和八年 三月

塩尻市中央公民館長

青柳信雄

令和7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8年5月

お問合せ 中央公民館

電話：0263-52-0899