

令和6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

令和六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、あつという間に六冊目の短歌集を発行していただくこととなりました。

繰り返し記載していますが、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きました。令和元年から私が受け持つこととなりました。以前からの方々に加え、新しい方々もちよつとずつ加わり、少しずつ形も変えながら続けて来ました。

当年度も引き続き、わずかに手を入れることでどれだけ変化するかを感じていただくような添削を心がけてきました。また、なるべく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と、申し上げてきました。

このやり方について、今でも迷うことがあります。もっと、もっともらしい表現に、私好みの表現に大胆に作り直してしまっても良いのではないかと。

などと揺れ動きはするものの、やはり、ご本人の指先から生み出され並べられた言葉を大事にしたいという思いに至ります。お一人お一人の歌が改めて並べられることにより、ひとりひとりの心の変化がありありと浮かび上がってきます。仮にこれらの歌がだれかの手によって大きく（ある意味スマートに）変えられてしまったとしたら、それは作者の生きざまの証と言えるのでしょうか。カッコイイ時もあり、思い切り顔をしかくちやにして笑う時もあり、いろんな表情があるからこそ、いろんな光の反射となって輝きを増していきます。

全回の講座で、皆さんと笑い合いながら短歌を積み上げてきました。読み通してみた時、今年はどう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！

令和七年三月

短歌館指導員 藤森 円

ふるさと

故郷は 越後の里の 雪割草

春一番に 愛らしく咲き

瀧澤裕子

いづこより 香りきたるか 「あゝあの日」

目醒むるなかれ アカシアの花

加藤容子

パンジーの 間にちやつかり はえて来て
色どりそえてる ひめおどりこ草

米久保永江

雪積みしかと 見まがうほどに

白桃の花 咲き満ちし 今朝の吾が窓

折橋美代子

何年も 咲かぬ芍薬 鉢植へに

二年越しにて ピンクニ輪

古畑かめ代

円安か 異常気象が 原因か

暫く見へぬ サンマの姿

百瀬良夫

待ちわびし　ものとはどこか　違ってた

春早上り　気が早い夏

荻原保子

葱苗の　育ち盛りの　葱坊主

天ぷらにして　初めて食べる

小島ふみ代

「汁の実に」と 貫ひしあぶら菜 花持てり
そに絆されて 活花にする

藤松淑子

AIの AIによる AIのため
そんな世界が もうすぐ来るよ

三溝みい子

こんな日が 子育て終えて 来るなんて

妻と手造り 小さな畑

島津文雄

「桜竜」よ 常念背にし かけ登る

光城山は 桜吹雪なり

守屋喜久男

成長は　チヤホヤされなく　なつてから

桜の若葉は　君へのエール

小澤奈央

五十鈴川にかかる宇治橋　その真中

栗の花の香　満ちてゐる朝

折橋玲子

田植時の（おこびる）たのし 半分こ
思いだしては 一人ほほえむ

宮腰征彦

大怪我で 筆を銜^{くは}えて 絵を描く

野の花愛した 星野富弘逝く

赤羽すえみ

目指したるピン迄飛んでけマレットボール
吾の意に背そむき球はコそとース外

矢崎修子

術後三日 眼帯外す 時来たり

梅を見やうか 桜を見むか

松澤美和

段丘を 覆ひつくさん アカシアに

羽音かすかに 蜜蜂の舞ふ

薄田勝美

天あめ知るや 御霊奉じて 働きし

今安らぎて 余生を憩う

村上カツヒコ

古き巢の リフォームをして 住み着きし

燕に声掛け 日々を見守る

田辺幸子

カレーなら 僕は混ぜない 白飯と

ルーの多彩な 出会ひ楽しむ

藤森円

天ぷらにどうぞと貰ひしズッキーニの
黄色の花は塩でいただく

折橋玲子

大好きなフジコ・ヘミングググッドバイ

天に召されて別れの曲を

宮腰征彦

塩尻へ若きカップル集ひ来る

平出遺跡 ワインフェスタに

矢崎修子

半日を畑にをれば 小鳥らの

囀る声はことばに聞こゆ

薄田勝美

6月の 雨に濡れてる 新緑は

カツコウの声を やさしく包む

島津文雄

傘の意味 ないほどの雨に 笑い合い

走る世界は 我らのものだ

小澤奈央

童謡の『あくめがふりますあくめがふる』

ふせい

ゲリラ豪雨じゃこの風情なく

三溝みい子

奈良井川の護岸工事の終へたらし

昨夜の雨にも流れ順調

藤松淑子

雨上りに紫紺に光る 茄子一つ

地からの恵みを 浅漬けにする

赤羽すえみ

ワイパーの外にはみ出た 雨粒は

三滴集まり 仲間に入る

守屋喜久男

この梅雨に 短き足の 一年生

番傘歩くと 云われちよつた

村上カツヒコ

帰り来て 雨の匂いが してきたと

あ ほしいば

孫の云う声 吾は干場へと

田辺幸子

急ぐとき 赤信号が 続くがに

晴れてほしい日は 決まつて雨で

土田安子

ああ虹は 現代人の 持つてゐる

スマホ出させる 力持ちたり

藤森円

深緑の中に目立ちし藤の花

大樹のみ込み咲き誇り居り

古畑かめ代

軒先へ落下の雛へ運ばれる

うんまい餌とさええずり励まし

小島ふみ代

雨だれが エイト ∞ビートで みなも 水面打つ

乗せられ歌うとう 冬の稲妻

荻原保子

つゆざむに 駅そばの湯気 立ちこめて
旅行く人か 傘折りたたむ

加藤容子

雨あがり 朝の光が 庭にさし

遠くで聞こえる カッコーの声

米久保永江

梅雨入りの 報を聞かぬに 梅雨葵

夕チアオイ

すえ

花先端にまで 届く様見ゆ

百瀬良夫

未読書の 並んだ棚を 前にして

ワクワク選ぶ 雨の日の朝

米山淳子

雨に晴 筍顔出し みごとなり

今年も会えて 八十本余

瀧澤裕子

ドクターヘリ 飛び立ちし後の 静けさや

梅雨の晴れ間の 蒼き夏空

折橋美代子

暑い暑い 花壇の花に 水やりを

すると雨降る でもまあいいや

安藤寿秀

ジヨウビタキ 近くで子育てしてるのか

赤きすぐりを 銜くわえては行く

田辺幸子

日照る道に 時々立てる 電柱の

影に入れども はみ出す吾は

赤羽すみえ

宝くじ 当たればきつと 宙に舞う

左うちわを そうつと脇に

島津文雄

トンネルを エアコン止めて 窓全開

さわんど辺りは 夏日も涼し

折橋玲子

左うちはこの老後を夢見て 働くも

うつ

現変はらず 月見草咲く

藤松淑子

扇風機は 野風も眠る 夏の夜に

寝つけぬ私を やさしくあやす

小澤奈央

真夏日に クーラーつけたか メールくる

いつしか世話を やかれる身となり

三溝みいこ

ちようもう

長毛猫 居場所を探す 暑き夜に

クーラー前で ホツとあくびを

村上カツヒコ

風鈴の音に誘われて 野良に出る

大蛇と化したる きゆうりにあえり

守屋喜久男

奈良井宿 この涼しさは 別格よ

都会へ送り 皆で味はう

宮腰征彦

湯上りに 高校野球の うちわもて

あす
明日の試合の 応援練習

松澤美和

冷房が よく効きてゐる 場所ばかり

綺麗な扇子の 自慢はできず

土田安子

さう彼は 室外機だな 気づかれぬ
ことを誇りに よく働けり

藤森円

妹の 診察待つ間 小さき兄

ボクもビョーキよ オツパイ中毒

加藤容子

いくとせ
幾年の風雪に耐えた老木に

大粒の梅 今年も実る

米久保永江

盆近き 無縁仏の墓所

やぶかん草の 朱の花咲きつぐ

折橋美代子

うちわ振り 左手ボトル 「こんにちは」

笑みかける 観光客

瀧澤裕子

暑いのに 天ぷらフライ 揚げれるは

我が食欲と エアコンの力

米山淳子

パリの夏 選手鼓舞する テレビ前

扇子が欲しい 応援グッズ

百瀬良夫

扇風機 家族となりて 四十年

苦楽を共に 働きくれし

古畑かめ代

良い風が きつと吹くよと 書かれたる

うちわ信じて 猛暑を処する

萩原保子

アサガオの 青涼しげな 絵手紙は

「笑顔」の文字に 友の声聞く

加藤容子

山寺の夏期結集は 五年振り

老師の講話は 蝉とコラボす

小島ふみ代

かし
榿の木に 虫たち大勢 集まって
おおぜい

樹液なめなめ 近況報告

米久保永江

今は亡き 祖母の居た家 ザワザワザワ
蚕が桑食む 音は幻

折橋美代子

オリンピック 国を背負いて 全力の
笑顔と涙 パリ都にて

瀧澤裕子

パリ五輪 広丘小出の 出口さん

金メダリストに 歓喜の地元

百瀬良夫

「おめでとう！」 出口姉妹の パレードよ

姉の胸には おお 大金メダル

古畑かめ代

長野五輪 吹雪の中の金メダル

抱き合う四人の感動今も

米山淳子

出口さん 赤彦汁を 食^はみ育ち

奨善の学童^こら おかわりしてね

荻原保子

パリ五輪 射撃競技に 目を引かれ

重装備より 無課金おじさん

安藤寿秀

雷雨去り 道路に出来た 水溜り

野鳩が一羽 喉潤せり

田辺幸子

饒舌な サプリメントの 宣伝で

「効果があつた」と 言つてはいない

土田安子

五輪最中もなかに 腹這ひ菓子食む 北口榛花

槍投げ女王の 屈託なき笑み

藤松淑子

バラバラの家族まとまる パリ五輪

我らの総意は 金メダル二十

島津文雄

「がんばれ」とパリへ投じたはずの声

テレビに反射し 私に刺さった

小澤奈央

着地決め 装具付けたる 指のまま

スタンド制す 橋本選手

薄田勝美

解説を してもらつても ベストトリック

雄斗の技は 一瞬すぎる

三溝みい子

パリ五輪開会式に歌わせし

越路吹雪の愛の讃歌を

宮腰征彦

メダル数気安く言ひしがその裏に

支へる人らと選手の奮闘

赤羽すみえ

メダリストは 中高生とふ スケボーの
少女らの背に 見えたよ翼

折橋玲子

人間の 望みて久し 平和の世

スポーツにかける 夢の五輪よ

村上カツヒコ

セーヌ川の川面静める 『愛の賛歌』

オリンピックはひとときの和み

守屋喜久男

解説で「ヤバイ」を連発してもよい

オリンピックの時代はたのし

藤森円

新米のしたたる旨さ、神棚に

供へて父は一杯の美酒

三溝みい子

米を探して幾つの店を歩みしや

うつつ

主食不足の現に怯ゆ

藤松淑子

新米は 秋の輝き そして君が

夢を手にする 春の肩書き

小澤奈央

越後から 新米届き 炭火炊き

おかずになくても 箸は止まらず

島津文雄

スーパーの米の棚が 空となり

ようやく気付く 国の主食を

赤羽すみえ

もち米と うるちを半半 我が家流

おはぎの餡は つけ放題に

折橋玲子

米騒ぎ 令和の時もおきてます

時は変れどかわらぬ姿

宮腰征彦

陽を見れば 未だ夏なり しかすがに

田は稲穂たれいなご飛び交う

村上カツヒコ

農道を行けば稲刈り始まりて

蜻蛉群舞し 応援するごと

田辺幸子

収穫を 目前にして 能登の稲穂は

濁流の中 何といふ無念

土田安子

道の駅のいつもの米が 値上がりし

「便乗値上げ」と悪態をつく

守屋喜久男

季節ごとに色とりどりの花が咲く

せんしばんこう

その庭のながめ 千紫万紅

米久保永江

十五夜と 虫の鳴き声 存分に

楽しむ今宵は 心豊かに

小島ふみ代

新竈くどで 米炊く祖母は たすきがけ

火を引く手際 疾風はやてのごとく

荻原保子

数ならぬ 米掬い取り 釜洗う

母の仕草は 祈りにも似る

加藤容子

戦後の膳 お米しろの代に 芋や豆

嵩増し飯いいも 大地の恵み

百瀬良夫

銀しやりはふっくらもちもち つや美人
パン派？ごはん派？ もちろんごはん派

米山淳子

品不足のお米いただき ありがとう

大学孫へ 宅急便託し

瀧澤裕子

「米づくりには 八十八回 手がかかる」

と米の字の由来を 亡祖父は説き^{そふ}くれし

折橋美代子

「米不足」 思ひ出すのは 米の道

母と歩いた 峠の景色

古畑かめ代

日曜日 公民館で お昼ごはん

持ち寄りおかず 誰も被らず

安藤寿秀

九月入り 虫の声途絶へ 静かなり

真夜走る列車の音 せはしげに

矢崎修子

「南海トラフ地震情報」があつてから
米騒動が始まつたらし

藤森円

オールの雲から来たか 箒星

あの尾に乗れば 私も輝く？

加藤容子

気がつけば 指折り数え 言葉選び

短歌づくりは 一首の脳トレ

米久保永江

裏口に 戴き物の ボウズダケ

季節の味を 早速煮付

小島ふみ代

おもてなし 区民の思いの 大鍋に

きのこ汁香り 秋の漆器祭さい

瀧澤裕子

シロ黙秘 おじさんって 半世紀

今はいずこに マツタケシメジ

荻原保子

久しぶり 訪ひ来るとふ 従兄弟等に

「松茸ごはん」を 炊きて待ち居る

折橋美代子

誘われて 初の体験 茸狩を

見分け叶わず 寄る道の駅

百瀬良夫

来客に松茸ごはん炊きました

「おかわり」の声と「おにぎりにして」

古畑かめ代

松茸のお吸い物とエリンギで

松茸ご飯もどきできました

米山淳子

待ち侘びた 我が藤袴に アサギマダラ

風に揺れつつ ゆったり蜜吸ふ

赤羽すみえ

見えないはずの ウクライナを 思う日や

青色黄色の ビオラ植える

薄田勝美

しいたけはビタミンDが たっぷりと

体に良いとよと 母の口癖

島津文雄

「ほらここが こんもりしてる 掘ってみな」

吾が手で取りし 初の松茸

三溝みい子

選ぶなら 雨傘の下 兄夫婦が

肩寄せる図の エリソングパツク

小澤奈央

木の葉散る 里の茸 山踏み入りて

人の案内に一喜一憂

村上カツヒコ

訪ねれば 従兄は山から 下りてきて

びくいつぱいの 松茸自慢

折橋玲子

先輩に 夏にじゃが芋 届けると

秋に松茸の お返しがきぬ

守屋喜久男

昨春に駒打ちをせし平茸が

秋の林に生き生きと映ゆ

土田安子

裾分けと貰ひし松茸「道の駅」に

高値の付きて並ぶ昨今

藤松淑子

茸狩り 今年が最後 決断す

体力のなさ つくづく感ず

宮腰征彦

初取りの 茸だからと 届きたる

葱とつまみ菜 添えられてあり

田辺幸子

何とこれは 毒キノコだと 言はれました
写真撮るだけに しといてよかつた

藤森円

次々と 大櫓より 飛び立ちて
おおけやき

晩秋の陽に 舞い行くカラス

田辺幸子

友のことはぽつんと残る 谷川さん

星のどこかで 考えてゐる

薄田勝美

暖房はいろりで火を焚き 掘りごたつ

スイッチ一つの 温暖化の今

三溝みい子

いるものが コタツの回りに揃ってる

ミカン3個と 江戸川乱歩

島津文雄

兄弟と 炬燵に入れば なほ温しぬく

「蹴った。触れた」の 諍いさかひあれど

藤松淑子

譲りあふ 親子三人 ひざ立てて

猫はのびのび 炬燵の真中

折橋玲子

四つ足で 皆集まるし 温いので

コタツと犬は 同種とします

小澤奈央

炬燵にて 慣れぬ手つきで スマホくり

友と交わせり 世間の話し

宮腰征彦

りんごみかん こたつの上で 楽しみて

家を包みし 暖かさああ

村上カツヒコ

夜なべして 繕ひものする 母の居る

炬燵の回りはいつも賑やか

赤羽すえみ

友の言葉を 今も守りぬ 「避けるのよ

か
もく

日曜、火、木 炬燵を作る日」

土田安子

みすづかる 信濃の国の冬支度

豆炭炬燵を 蔵より出しつ

守屋喜久男

人生は 炬燵の中に 込められた

溺愛からの 脱却にある

藤森円

校庭の紅葉数本 未だ見事

娘らに見せたき 来る日待ちたり

古畑かめ代

潜り込み 暖まってる 炬燵では

子供の頃が 浮かんで 消える

小島ふみ代

母さんがこたつで語り 居なくとも

短歌を継いで 「裕」ゆたかに生きよ、と

瀧澤裕子

ホツカイロ 貼ってあげたい 山頭火

時雨の中行く うしろ姿に

加藤容子

ほんとうは大好きなんです
おこたつは
家事全般 する人あらば

米山淳子

ねこなべ

無理をして 猫鍋、こたつ 買ったけど

むよう ちようぶつ

猫は入らず 無用の長物

米久保永江

冬の朝 炬燵でシャツを 温めて

着せてくれたる 母のぬくもり

折橋美代子

異常気象 例年届く みかんにも

こたつ出したが 何か足りない

百瀬良夫

子等の足袋 こだつで温めぬく 登校を

うながす母の 声よみがえる

荻原保子

「どんど焼き」 習字がうまく なるように

書初め燃やした はるか冬の日

折橋美代子

新しい家族が増えた お正月

祝う皆の笑顔があふれる

米久保永江

雪の舞う 零下の奈良井を 旅人は

それら喜び 闊歩している

小島ふみ代

珈琲とケーキ楽しむ 昼下り

脅えるほどに 震れた元日

加藤容子

元旦に届く年賀状 心待ち

今年も元気 それだけでいい

米山淳子

元旦のまくら元には 初音あり

音色うぐいす よみがえりきぬ

荻原保子

元日が 月日が過ぎ来 もう一年

復興出来ず 能登半島よ

瀧澤裕子

いにしえに 迎へし元旦 懐かしい

警備勤務の 明治神宮

百瀬良夫

八十路なる 我身なれども 元旦は

新しきこと 新しく生く

古畑かめ代

元旦の塩尻峠で 初日の出

拝んだ帰りの 至高のコーヒー

安藤寿秀

元日と 元旦の違い 今に知る

微妙なニュアンスの 日本の言葉

三溝みい子

元日の五時に起床し 出勤の

友を見送り 子は二度寝する

折橋玲子

元旦の年中行事は お年玉

背筋を伸ばし 競って並ぶ

島津文雄

太陽は 元旦にだけ 手を合わせ

二度寝の私を 許すほどデカイ

小澤奈央

元旦のお雑煮に添える 筋子には

すじこ

母の故郷へ 繁る思い

田辺幸子

元旦の穂高連峰 雲はれて

白粉の顔 ピンクの笑顔

守屋喜久男

父母が 居て 兄姉も 居る 囲炉裏端

お餅食べ合ふ 初夢見たし

赤羽すえみ

普段なら 寂しく見ゆる 白なるに

元日だけは 清しく眩し

土田安子

大いなる 宇宙のこゝで 石となりし

祀に会ふ 里の元日

薄田勝美

睦月たち 夢ははるかに ふくらめど

老ひの重ねは 拒むべからず

村上カツヒコ

肉さかな 野菜に米も 値上りの

歳晚クリアし 迎えた元旦

藤松淑子

法事の日 早く着きすぎ 本堂の

御仏の視線 一人じめする

三溝みい子

暖かき 朝の眺めは ヒヨドリ

寄り添ふ姿 我が羽持たむ

薄田勝美

身を寄せて 大寒に咲く 福寿草

土に顔出し 輝き放つ

赤羽すえみ

五十年 小豆を炊いて きた指を

にぎる生まれて 十日の柔手 にこで

小澤奈央

今日も又 まめに働けますやうに

ならひ

慣になりたり 朝餉の煮豆

藤松淑子

節分はでっかい声の 「鬼は外」

鬼役堪える 豆まき合戦

島津文雄

ぶつくりと 鏡開きの 餅焼けて

吾はこつそり 橙を食む

折橋玲子

うつせみの 豆まき節分 いにしへの

宮大晦日 鬼やらひとや

村上カツヒコ

一月も 早半ばなり 生協へ

福豆等の 注文出さねば

田辺幸子

「豆」偏は「ゆたか」「さかん」「多し」「肥」に
繋がるを知り 豆が好きになる

土田安子

大豆ゆで 母がつくりし 味噌玉は

向月台の 形のごとし

守屋喜久男

病む友に 逢いたしと文 送りしが

寂しき言葉 返りきて泣く

加藤容子

小豆煮て おいしくなれと おまじない

鏡開きの きょうはお汁粉

米山淳子

大豆類 輸入頼りが 九割と

池上彰氏 熱く語りて

瀧澤裕子

塩糰 大豆揃えて 味噌作り

そろ

みそ

ばあばの手作り 孫にも好評

米久保永江

厳寒も 楽しみに変へて 氷燈祭

夜の宿場の 闇にはなやぐ

折橋美代子

いちくちそいち いちのめは

「頭」とは 一ロソ一 一ノ目ハ

綴り覚えし おかつぱ頭

荻原保子

あけのはる 飾り物立して願ふ

無病息災・五穀豊穰

百瀬良夫

豆乳は体に良いといただきぬ

コーヒーに入れシチュウを作る

古畑かめ代

竹富の地区遊覧に乗せるのは

頭脳明晰 水牛のカイジ

小島ふみ代

白い息 「ただいま」言って 一直線

カバンおろして 豆炭こたつ

安藤寿秀

少年は 尾崎豊を 聴きながら

闘ひ止めず 澄んだ目をして

藤森円

おわりに

塩尻市中央公民館短歌講座の歌集第六集ができあがりしました。

令和六年六月から令和七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。

短歌の魅力として、「自由である」や「自分の感情や記憶などが価値のあるものになる」などがあげられています。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。

令和七年 三月

塩尻市中央公民館長

青柳信雄

令和6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7年5月

お問合せ 中央公民館

電話：0263-52-0899