

はじめての小倉百人一首 ～競技かるたの手引き～

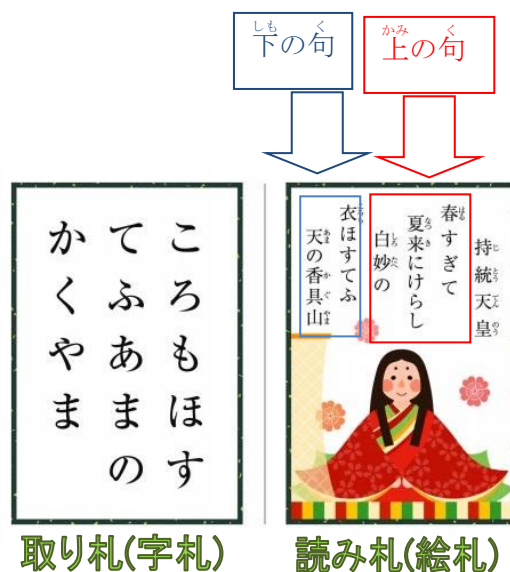
作新学院小学部かるた同好会

◎百人一首ってなに？

今から800年くらい前の鎌倉時代に、宇都宮頼綱さんという短歌の大好きなお殿様がいました。頼綱さんは隠居してお坊さん(蓮生入道)となり、京都に住みました。京都でその頃いちばんの歌人、藤原定家という人と仲よくなります。定家の息子為家と蓮生の娘が、結婚することになり、お祝いに蓮生は、京都小倉山の別荘の飾りに百人の人の良い短歌をそれぞれ一首ずつ選んでほしい、と定家に頼みました。これが百人一首の始まりといわれています。蓮生は、もともと宇都宮の城主だったので、宇都宮市は、百人一首発祥の地といわれています。

◎百人一首かるたってどうやるの？

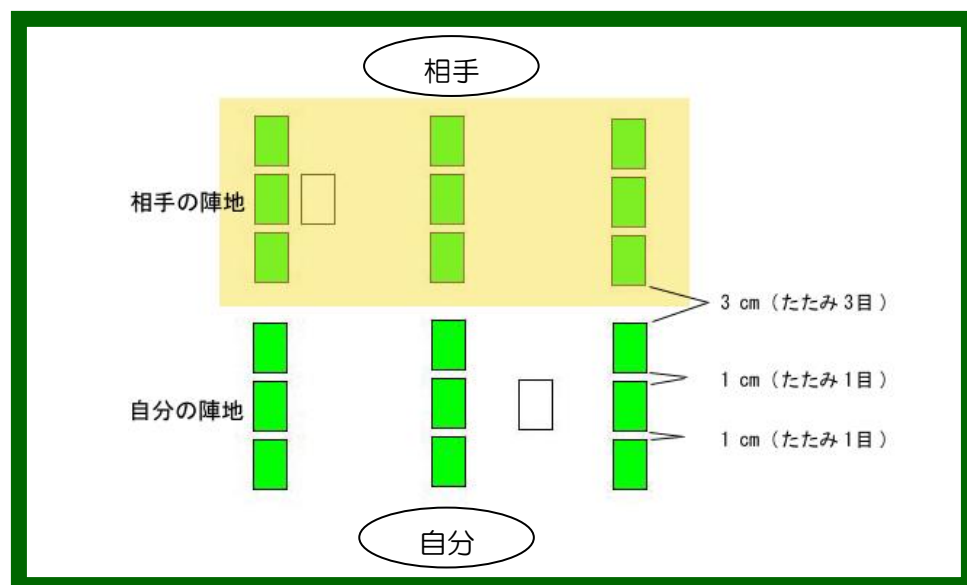
百人一首かるたは、取り札が100枚、読み札が100枚です。1枚でも無くなると困ります。5枚ずつに分けて数を確かめましょう。読み札は絵札とも呼ばれ、絵と短歌・読み手の名前がかいてあります。取り札は下の句がひらがなだけで書いてあります。早く札をとるためには、上の句を読んでいるあいだに、取り札が取れるとよいでしょう。百人一首かるたは、すばしっこさだけでなく、記憶する力が重要な遊びなのです。



◎百首もどうやって覚えるの？

短期間の練習でかるたの大会に出るためには、短歌を全て覚えると時間がかかりすぎてしまいます。そこで、キーワード(合言葉)だけを覚えていくやりかたで練習します。少しずつ覚えていきましょう！

◎作新小練習会での札の並べ方



※札は、上中下、たてに3段にします。真ん中は、並べるときの基準です。最後に移動します。
※横幅は87cmです。たたみの短い方の長さです。
※取り札はたてよこをそろえて自由に並べて下さい。

札の覚え方はいろいろありますが、まずは、上の句のはじめの何文字かと、下の句のはじめの何文字かを覚えて結んでいくものから覚えていきましょう！

第1回 一枚札 7枚

上の句	下の句	合言葉	
むらさめの つゆもまだひぬ まきのはに	きり ぼるあきの きりたちのぼる あきのゆふぐれ	む	きり
すみのえの きしによるなみ よるさへや	ゆめ ひめのかよ ゆめのかよひち ひとめよくらむ	す	ゆめ
めぐりあひて みしやそれとも わかぬまに	くも つきかな くもがくれにし よはのつきかな	め	くもがくれ
ふくからに あきのくさきの しをるれば	むべ とせをあらむ むべやまかせを あらしといふらむ	ふ	むへや
さびしさに やどをたちいでて ながむれば	いづこ ゆふあきの いづこもおなじ あきのゆふぐれ	さ	いづこ
ほととぎす なきつるかたを ながむれば	ただ のこれる ただありあけの つきそのこれる	ほ	ただ
せをはやみ いはにせかるる たきがわの	われ とそおもふ われてもすゑに あはむとそおもふ	せ	われ



ここをおぼえれば
いいんだね。

第2回…レベル★☆☆☆☆ 13枚

上の句	下の句	合言葉	
しのぶれど いろにいでにけり わがこひは	ふとひともの とふまて ものやおもふと ひとのとふまで	しの	もの
しらつゆに かぜのふきしく あきののは	ちめぬきと りけたまそ つらぬきとめぬ たまそちりける	しら	つら
ゆふされば かどたのいなば おとすれて 「う」とよみます	せやあし そふく あしのまろやに あきかせそふく	ゆう	あし
よをこめて とりのそらねは はかるとも	ゆかのせきは るさし よにあふさかの せきはゆるさじ	よを	よに
よもすから ものおもふころは あけやらで	かりさへ けりな ねやのひまさえ つれなかりけり	よーも	ねーや
かくとだに えやはいぶきの さしもぐさ	おもしな ひを さしもしらじな もゆるおもひを	かく	さし
かささぎの わたせるはしに おくしもの	けはよそ にける しろきをみれば よそふけにける	かさ	しろ
このたびは ぬさもとりあはず たむけやま	まにまに の もみぢのにしき かみのまにまに	この	もみじ
こぬひとを まつほのうらの ゆふなぎに	かれつつか れつつか やくやもしほの みもこがれつつ	こぬ	やく
おくやまに もみぢふみわけ なくしかの	かなしき きそあきと こゑきくときぞ あきはかなしき 「え」とよみます	おく	こえ
おとにきく たかしのはまの あだなみは	こそすれ ぬれも かけじやそでの ぬれもこそすれ	おと	かけ
あいみでの のちのところに くらぶれば	さりけり は むかしはものを おもはざりけり	あい	むかし
あしびきの やまどりののを しだりをの	かもねむ なり ながながしよを ひとりかもねむ	あし	ながなが

第3回…レベル★★☆☆☆ 20枚

き 決まり字は、2文字とは限りません。

上の句	下の句	合言葉	
う ^{かり} ける ひとをはつせの やまおろしよ	ぬ ^{もの} のを は^げしかれ とはいのら は ^げ しかれとは いのらぬものを	うっかり	はげ
も ^ろ ともに あはれとおもへ やまざくら	と ^も なし は^なよりほ かにしるひ は ^な よりほかに しるひともなし	もろ	はなより
か ^ぜ をいたみ いはうつなみの おのれのみ	こ ^ろ かな く^だけ ても く ^だ けてもものを おもふころかな	かぜを	くだけ
か ^ぜ そよく ならのおがわの ゆふぐれは	な ^り ける み^そぎ そな み ^そ ぎそなつの しるしなりける	かぜそ	みそ
こ ^ひ すてふ わがなはまだき たちにけり 「い」とよみます	そ ^め しか ひ^としれ ず ひ ^と しれずこそ おもひそめしか	こい	ひとしれず
こ ^れ やこの ゆくもかへるも わかれては	か ^の せき し^るも しらぬも し ^る もしらぬも あふさかのせき	これ	しる
あ ^{まつ} かぜ くものかよひち ふきとちよ	と ^と めむ を^とめ のす を ^と めのすがた しばしとどめむ	あまつ	をとめ
あ ^ま のはら ふりさけみれば かすがなる	つ ^き かも み^かさ のや み ^か さのやまに いでしつきかも	あまの	みか
あ ^{らし} ふく みむろのやまの もみちばは	な ^り けり た^つた のか た ^つ たのかはの にしきなりけり	あらし	たつ
あ ^り まやま いなのさはら かぜふけば	や ^は する い^てそ よひ い ^て そよひとを わすれやはする	ありま	いて

上の句	下の句	合言葉	
いまはただ おもひたえなむ とばかりを	しらていふてな ひと ひと ひとづてならで いふよしもがな	いまは	ひとつ
はるのよの ゆめばかりなる たまくらに	をたむかひなくた かひ かひ かひなくたたむ なこそおしけれ	はるの	かい
やまざとは ふゆそさびしさ まさりける	とおもへは ひとめ ひとめ ひとめもくさも かれぬとおもへば	やまざ(と)	ひとめ
みちのくの しのぶもぢずり たれゆえに	らなくに みだれ みだれ みだれそめにし われならなくに	みち	みだれじわ
みせばやな をじまのあまの そでだにも	かはらし ぬれ ぬれ ぬれにぞぬれし いろはかはらず	みせ	ぬれ
みよしのの やまのあきかぜ さよふけて	うつつなり ふるさと ふるさと ふるさとさむく ころもうつつなり	みよ	ふるさと
おもひわび さてもいのちは あるものを	なりけり うき うき うきにたえぬは なみだなりけり	おも(い)	うき
なげきつつ ひとりぬるよの あくるまは	かはし いか いか いかにひさしき ものとかはしる	なげき	いか
なげけとて つきやはものを おもはする	みたかな かこ かこ かこちがほなる わがなみだかな	なげけ	かこ
なつのよは まだよいながら あけぬるを	とるらむ くもの くもの くものいづこに つきやどるらむ	なつ	くもの

◎「決まり字」って？

百人一首の^{ひゃくにんいっしゅ}上の句のうち、「^よここまで読めば、もう同じ^{おな ふだ}札はない！」と確定できる部分を「決まり字」といいます。

「決まり字」は、1文字^{いちじ}のものから、最大で6文字^{さいだい もじ}まであり、6字決まりの札を特別に「大山札」といいます。

「む」「す」「め」「ふ」「さ」「ほ」「せ」の7枚が、1字決まり、「あさほらけあ」「あさほらけう」

「きみがためは」「きみがためを」「わたのはらこ」「わたのはらや」の6枚が「大山札」です。

第4回…レベル★★★★☆☆ 20枚

あいことば ^{なが}合言葉が長くなってきましたよ！覚えられるかな？ ^{おほ}

上の句	下の句	合言葉	
ちはやぶる かみよもきかず たつたがは	くるとは からく からく ^{れな} みに みづくるとは	ちは	からく
ちぎりきな かたみにそでを しほりつつ	さしとは すえ すえ ^の まつやま なみこさじとは	ちぎりき	すえ
たかさごの をのへのうえの やえざくら	もす とやま とやま ^の かすみ たたずもあらなむ	たか	とやま
たきのおとは たえてひさしく なりぬれど	こえけれ なこそ なこそ ^な がれて なほきこえけれ	たき	なこそ
たごのうらに うちいでてみれば しろたへの	ふりつつ ふじ ふじ ^の たかねに ゆきはふりつつ	たご	ふじ
こころあてに をらばやをらむ はつしもの	くのはな おきまど おきまど ^は せる しらぎくのはな	こころあ	おきまど
こころにも あらでうきよに ながらへば	つきかな こひしかる こひしかる ^{べき} よはのつきかな	こころに	こいし
おほえやま いくののみちの とほければ	はしたて まだ まだ ^ふ みもみす あまのはしだて	おおえ ^(ん)	また
あきかぜに たなびくもの たえまより	のさやけさ もれ もれ ^{いつ} るつきの かげのさやけさ	あきか ^(せ)	もれ ^(る)
あはぢ ^{しま} かよふちどりの なくこゑに 「わ」とよみます	せきもり いくよ いくよ ^ね ざめぬ すまのせきもり	あわじ	いくよ
あはれとも いふべきひとは おもほえて	へきかな みの みの ^{いた} づらに なりぬべきかな	あわれ	みの

上の句	下の句	合言葉	
ひさかたの かりのどけき はるのひに	しづこ なくはな ちるらむ しづこころなく はなのちるらむ	ひさ (ちゃん)	しづこ ^(い)
やすらはで ねなましものを さよふけて	かたぶく てのつきを みしかな かたぶくまでの つきをみしかな	やす	か ^(っ) たぶく
やまがはに かぜのかけたる しがらみは	ながれ へぬもみち なりけり ながれもあへぬ もみちなりけり	やまが ^(わ)	ながれ
みかきもり 糸じのたくひの よるはもえて	ひる つつものを こそおもへ ひるはきえつつ ものをこそおもへ	みがき	ひる
みかのらは わきてながるる いづみかは	いつみ てかこひし かるらむ いつみきとてか こひしかるらむ	みかの	いづみ
たまのをよ たえなばたえね ながらへば	しのぶ もとのよは もそする しのぶることの よわりもぞする	たま	しのぶ
たちわかれ いなばのやまの みねにおふる	まついま かはいまが へりこむ まつとしきかば いまかへりこむ	たち	いまのまつ
たれをかも しるひとにせむ たかさごの	まつむかし らなくに しのもな まつもむかしの ともならなくに	たれ	むかしの まつ
ながからむ ころもしらず くろかみの	みだれ こそおもへ さはものを みだれてけさは ものをこそおもへ	ながか ^(み)	けさみだれ
ながらえば またこのごろや しのばれむ	うし こひしき よそいまは うしとみしよそ いまはこひしき	ながら	うし

第5回…レベル★★★★☆ 20枚

「下の句の最初の何文字か」と結びつけるパターンはこれでおしまいです。

上の句	下の句	合言葉	
きりぎりす なくやしもよの さむしるに	ころも かた しき ひとり かも ねむ ころもかたしき ひとりかもねむ	きりぎりす	ころも かた (い)
きみがため をしからざりし いのちさへ	ながく もが なと おもひ ける かな ながくもがなと おもひけるかも	きみがため を	ながく
はなさそふ あらしのにはの ゆきならで	ふりゆく ものは わが みなり けり ふりゆくものは わがみなりけり	はなさ	ふりゆく ものは
はるすぎで なつきにけらし しろたへの	ころも ほす てふ あまの かぐ やま ころもほすてふ あまのかぐやま	はるすぎで	ころも ほす
なにしおはば あふさかやまの さねかづら	ひとに しら れて くる よし もが な ひとにしられて くるよしもがな	なにし (てた)	ひとに しられて
あさぢふの をののしのはら しのぶれど	あまり てな どか ひとの こひ しき あまりてなどか ひとのこひしき	あさじ (ゆう)	あまり
あさぼらけ ありあけのつきと みるまでに	よし のさ とに ふれ る しら ゆき よしののさとに ふれるしらゆき	あさぼらけ あり	よし

◎右下を読むパターン

上の句	下の句	合言葉	
うらみわび ほさぬそでだに あるものを	こひに くち なむ なこそ をし けれ こひにくちなむ なこそをしけれ	うら	くち
あけぬれば くるものとは しりながら	うらめ しき あさ ぼら けな なほうらめしき あさぼらけかな	あけ (て)	うらめ

ひだりした よ
◎左下を読むパターン

上の句	下の句	合言葉	
つきみれば ちちにもこそ かなしけれ	はつわ あのか ねあき とひと わがみひとつの あきにはあらねど	つき	ど

ひだりうえ よこ よ
◎左上を横に読むパターン

上の句	下の句	合言葉	
よのなかは つねにもがもな なぎさこぐ	かねあ まのま つのを しなふ もなて あまのをぶねの つなでかなしも	よのなかは	かね
わすらるる みをばおもはず ちかひてし	もちひ あとの あるを かしの なくの ひとのいのちの をしくもあるかな	わすら	もち
わすれじの ゆくすゑまでは かたければ	とりけ ふをか きのき ち けふをかぎり の いのちともがな	わすれ	とり

ま なか ま なか よ
◎真ん中の真ん中を読むパターン

上の句	下の句	合言葉	
つくばねの みねよりおつる みなのがは	なりこ りてひ ぬふそ るふち とも こひそつもりて ふちとなりぬる	つく	ふち
きみがため はるののにいでて わかなつむ	ふりて にわか ゆかこ つつろ きはも わがころもでに ゆきはふりつつ	きみがため は	ゆき
あきのたの かりほのいほの とまをあらみ	ぬてわ れはか つつろ つゆも に わがころもでは つゆにぬれつつ	あきの	つゆ
あさぼらけ うちのかはぎり たえだえに	あたる しらせ ろきせ の あらはれわたる せぜのあじろぎ	あさぼらけ う	せせ

みぎうえ よこ よ
◎右上を横に読むパターン

上の句	下の句	合言葉	
ゆらのとを わたるふなびと ちをたえ	みらゆ ちぬへ かなこ なひも しのし ゆくへもしらぬ こひのみちかな	ゆら	ゆら
いまこむと いひしばかりに ながつきの	いつあ てきり つをま るあけ かなの ありあけのつきを まちいでつるかな	いまこ	あつい

第6回…レベル★★★★★ 20枚

いよいよ最後のグループです。頭をやわらかくして覚えましょう！

◎左側を読むパターン

上の句	下の句	合言葉	
ちぎりおし させもがつゆを いのちにて	いぬめり しのは あきも あはれこと あはれことしの あきもいぬめり	ちぎりお	いぬメリー

◎下を横に読むパターン

上の句	下の句	合言葉	
ももしきや ふるきのきばの しのぶにも	なりけり あるむかし なほあまり なほあまりある むかしなりけり	もも	しり
やへむぐら しげれるやどの さびしきに 「え」とよみます	きえね ひとこそ あき ひとこそみえね あきはきにけり	やえ(ちゃん)	みーはー
よのなかよ みちこそなけれ おもひいる	なくなる やまの おそ やまのおくにも しかそなくなる	よのなかよ	くそ
おほけなく うきよのたみに おほふかな 「おおけ」とよみます	めすそ まにかた わ わがたつそまに すみそめのそで	おおけ	そそ
あふことの たえてしなくば なかなかに 「おおこ」とよみます	さらまし ひとを み ひとをもみをも うらみざらまし	おおこ	みみ
わびぬれば いまはたおなじ なにはなる	とそ みをつく あはむ みをつくしても あはむとぞおもふ	わび(て)	ふむし
わたのはら こぎいでてみれば ひさかたの	しらなみ くもみ おき くもみにまがふ おきつしらなみ	わたのはら こ	つま
わたのはら やそしまかけて こぎいでぬと	つりふね ひとには あまの ひとにはつげよ あまのつりふね	わたのはら や	つの
あらざらむ このよのほかの おもひでに	ともかな いまひと こた いまひとたびの あふこともがな	あらざ	たこ

◎真ん中の下を読むパターン

上の句	下の句	合言葉	
おぐらやま みねのもみぢば ころあそば	いまひとたびの みゆきまたなむ いまひとたびの みゆきまたなむ	おぐら	みゆき
わがそでは しほひにみえぬ おきのいしの	ひとこそしらね かはくまもなし ひとこそしらね かはくまもなし	わがそ(で)	かわく

◎そのほかのパターン

上の句	下の句	合言葉	
いにしへの ならのみやこの やへざくら	けふこのへに にほひぬるかな けふこのへに にほひぬるかな	いにしえ	にこにこ
ひとは いさ ころもしらず ふるさとは	はなぞむかしの かににほひける はなぞむかしの かににほひける	ひとは	かにかに
ひともをし ひともうらめし あぢきなく	よをおもふゆゑに ものおもふみは よをおもふゆゑに ものおもふみは	ひとも	ゆえ
わがいは ほは みやこのたつみ しかぞすむ	よをうちやまとは いふなり よをうちやまとは いふなり	わがいは	うち
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 わがみよにふる ながめせしまに	はなの	まなみ
なにはがた みじかきあしの ふしのまも	あはてすぐこのよを あはてすぐこのよを	なにわが	てすと
なにはえの あしのかりねの ひとよゆゑ	みをつくしてや こひわたるべき みをつくしてや こひわたるべき	なにわえ	たこやき
ありあけの つれなくみえし わかれより	あかつきばかり うきものはなし あかつきばかり うきものはなし	ありあ(け)	(ななめ)あり

小倉百人一首			暗記時間の呪文				
種類	呪文	決まり字	語呂合わせ合い言葉			当て字	こじつけ
第一	む	む	むきり			娘 房子 せ	房 ふさ を干 ほ しなさい 娘 むすめ よ
	す	す	すーゆめ				
	め	め	めぐもかくれ				
	ふ	ふ	ふむへや				
	さ	さ	さーいづこ				
	ほ	ほ	ほーただ				
	せ	せ	せわれ				
第二	う	うか うら	うっかりはげ うらぐち		セット	現 げんじつ し 燃ゆ	現実 げんじつ は燃えま も すよ
	つ	つき つく	どつき ふちにつく		セット		
	し	しの しら	しのもの しらつら		セット		
	も	もも もろ	ももしり はなよりもろい		セット		
	ゆ	ゆう ゆら	ゆうあし ゆらゆら		セット		
第三	い	いに いまは いまこ	いにしえにここにこ いまはひとつ いまこあつい		セット	一 引き	ち よ つ と 割 わ り引 び いて
	ち	ちは ちぎりお ちぎりき	ちはからく ちぎりおいぬメリー ちぎりきすえ		セット		
	ひ	ひさ ひとは ひとも	ひさちゃんしつこい ひとはかにかに ひともゆえ		セット		
	き	きり きみがためは きみがためお	きりぎりすはかたい きみははるゆき きみをながく		セット		
第四	は	はなさ はなの はるす はるの	ふりゆくはなさ はなのまなみ ころもほすのははるすぎて はるのかい		セット セット	速 良 か	速 はや いと良 よ いです
	や	やへ やす やまが やまざ	やえちゃんミーハー やすかったふく やまがながれ ひとめやまざと		セット セット		
	よ	よを よも よのなかは よのなかよ	よをよに よーもねーや よのなかはかね よのなかよくそ		セット セット		
	か	かく かさ かぜそ かぜを	かくさし かさしろ かぜそみそ かぜをくだけ		セット セット		
	第五	み	みち みせ みよ みかき みかの	みちちゃくみだれじわ みせぬれ みよちゃんのふるさと ひるみがき みかのいづみ			

セットで
おぼえると
おぼえるも
のが、ずっと
へるね！



種類	呪文	決まり字	語呂合わせ合い言葉	当7字	こじつけ		
第六	た	たか	たかとやま	たこ	おばかで		
		たき	なこそなたき				
		たご	たごふじ				
		たち	いまのまつはたち				
		たれ	むかしのまつはたれている				
		たま	たましのぶ				
	こ	こひ	ひとしれずこい				
		これ	これしる				
		この	このもみぢ				
		こぬ	こぬやく				
		こころあ	こころあおきまど				
第七	わ	こころに	こころにこいし				
		わび	わびてふむし	わお	びっくりした		
		わがい	わがいおはうち				
		わがそ	わがそでかわく				
		わすら	わすらもち				
		わすれ	わすれどり				
		わたのはらこ	わたこつま				
		わたのはらや	わたやつの				
	お	おく	おくこえ				
		おぐ	おぐらみゆき				
		おと	おとかけ				
		おも	おもいうき				
		おおえ	またおおえん				
第八	な	おほけ	おおけそそ	な	な		
		あふこ	おおこみみ				
		なつ	なつぐもの				
		ながか	ながかみけさみだれ				
		ながら	ながらうし				
		なげき	なげきいか				
		なげけ	なげけかこ				
		なにし	ひとにしられでなにしてた				
第十六	あ	なにはえ	ならわへたこやき	あ	あ		
		なにはが	なにわがてすと				
		あはぢ	あわじいく				
		あはれ	あわれみの				
		あらし	あらしたつ				
		あらざ	あらざたこ				
		あきか	あきかぜもれる				
		あきの	あきのつゆ				
		あまつ	あまつおとめ				
		あまの	あまのみかさ				
		ありあ	ありあけななめあり				
		ありま	ありまいて				
		あさぢ	あさじゅうあまり				
		あさぼらけあ	よしあさぼらけあり				
		あさぼらけう	あさぼらけうせつせ				
		あし	あしながなが				
		あひ	あいむかし				
		あけ	あけてうらめ				
						【あの呪文】 腹決まり差し引け	こころおも 心で思っている札は差し引け（思い込み禁止）

◎おわりに

ひゃくにんいっしゅ たいけん
百人一首を体験してみてもうでしたか？

ひゃくしゅおほ むすか
百首覚えるのはなかなか難しいけれど、やっているうちにどんどん覚えてきますよ。

おほ
覚えてくると、もっともっと札がとれるようになってきて、
とれるようになってくると、もっと速くとりたくなってきて…
そうやって少しずつ上手になっていくといいですね。

じかん
時間があったら、ひゃくにんいっしゅ わ か
百人一首の和歌にこめられた作者の思いや、

うつく ふうけい かん と べんきょう
美しい風景も感じ取れるように勉強してみましょう。

ふだ いろあざ み
そうすると、かるたの札がもっと色鮮やかに見えるようになりますよ！

さくしんがくいんしょうがくぶ
作新学院小学部 かるた同好会



作新学院小学部

() 年 () 組 ()