

百人一首について

百人一首は、長い間の風雪に耐えて、日本人に親しまれ、愛誦されてきた古典です。

それは日本人の心の故郷であると言え得るであろう。

世に「百人一首」と称せられているのは、藤原定家(1163～1241)が、古来の歌人百人の秀歌を各一首ずつ選んで、色紙に書いたものが、冊子に転写されて百首の珠玉集となり「小倉山庄色紙和歌」(または「嵯峨山庄色紙形」と題せられて伝わるうちに、誰言うことなく「百人一首」と称するようになったらしい。

定家の嫡男為家の妻の父、宇都宮頼綱が出家し、後年定家の小倉山荘近くの中院の地に山荘を建てた。文暦二年(1235)に親しく交流のあった蓮生(頼綱の号)の小倉山荘のために、74歳の定家は自称悪筆の上、老眼・中風を押して古来の歌人の歌各一首を選んで送ったらしい(定家の日記「明月記」)

室町時代においては、二条派歌学の人々に伝承されていた。

その後の消息は、140年後に「百人一首抄」序文に「当時もかのしきしのうち、少々残りて…」と記され、かなり早く離散したと思われる。

二条家、冷泉家では定家の歌書、典籍類を秘蔵してきているが、定家自筆本の類とは形態を異にした小倉色紙が、歴史上に顕れたのは、応仁の乱前後のようであった。

百人一首と号して、和歌道の最上乘たり…と言われたが、各地に分散・秘蔵と推察。その後(1530頃)、この色紙は茶道の世界に伝承され、茶人、武野紹鷗、津田宗及、千利休らにより、茶会の掛物として唐絵や禅林の墨跡から、古筆歌物の書幅が珍重されるようになっていった。定家の真筆かどうか疑問のものもあるが、1800年頃までに新たに発見されたものもあるが途中で天変地異や戦火などで姿を消したものなど、二十数種が記録に現れる。その後、現在までに更に少なくなっていると推測される。

定家撰の百人一首も最初から百人一首ではなく、定家撰の「近代秀歌」「二四代集」などから「百人秀歌」へと受け継がれていくが、色紙に染筆される段階でも変更されていった。「百人秀歌」と「百人一首」は97首で一致しているが完全な一致ではない。74源俊頼「うかりける」、99後鳥羽院「人もをし」、100順徳院「百しきや」が加わり、他の四首が外されている。百一人百一首がここで「百人一首」になった。

おそらく、草案の百人秀歌には、当時の政治的事情、承久の乱による両院の遠流のため、鎌倉幕府に対する気兼ねから、除かれていたが、色紙へと制作の過程で、加えてあげなければならないと反省したものと推察される。源俊頼は歌が変更されただけであるが、百一人から、百人にせねばならない意図がありながら決心が着かなかったのではないか。

この百人一首を単語ごとに分解し共通語を合わせ言葉として、上下左右に織り上げると右側から目も綾な山紫水明の絵が浮かび、新古今の故郷、水無瀬の里の地形、風物、史実と合致する。四隅には重要な人物が配置され、定家の武家権力忌避の傾向と葛藤の跡が偲ばれる。…このような研究もある。

かるたとしての変遷

天文(1532-1555)年間にポルトガルから招来された南蛮かるたの普及に伴い、慶長から元和(1615-1624)頃の製作と推定される「歌かるた」が現存している。やがて、小倉百人一首を二百枚のかるたに仕立てて、競技に用いるという工夫は、当時としてはユニークな発想であった。南蛮渡来のうんすんかるたと百人一首が結びつき、歌仙絵を伴って「百人一首かるた」を生み出していったと考えられる。かるたの仕立には様々のものがあり、肉筆、版画の別ばかりでなく、紙、板、絹の地や更には蒔絵など金銀箔を施した絢爛豪華な美を競っている(尾形光琳の光琳かるたが現存。)これらは、公家・大名や富裕な町家の子女の婚礼調度として用いられ、当初は貝覆(貝合)同様、中流以上で玩ばれたようだ。寛永(1624-1644)頃、製紙技術や木版技術の発達に伴い、生産量が増え簡素なかるたも作られ広く家庭遊戯として庶民にも流行し深く根を下ろして行った。江戸後期になると、「百人一首かるた」を賭博用に転用した、「むべ山かるた」が現れてくる。歌は百人一首と同じだが、取札に川柳調の絵が手描き手彩色であるが、文字と絵の墨線が木版を用いている。この「むべ山かるた」は賭博用であったため、幕府の改革により禁止され、別のかるたになったり、花合(現行の花札)が創案された。「小倉百人一首」を戯作化したり、本歌直しと言って作り変えや、他の作家百人の歌や狂歌・川柳・俳句等様々な百人一首が創出されたので、定家撰出の真の百人一首を「小倉百人一首」と呼び、他のものは「異種百人一首」として区別するようになった。

競技かるたの歴史

明治37年に、現在のような競技かるたが始まった。それ以前にも競技はあったが、ルールが場所によって様々で統一されてなく、混乱があった。それを統一して早く札を取るための方法を分析し、現在のような競技かるたとして確立したのは、明治のジャーナリスト黒岩涙香でした。戦争で中断していたかるた界は、昭和23年に「全日本かるた協会」として復興設立され、平成8年8月より社団法人として活動している。

現在は、名人戦、クイーン戦、全国選抜大会、全日本選手権大会など、日本一を競う大会があり、それぞれの下部組織の市区町村から県大会、地区大会、などの予選を勝ち抜いた強者が毎年、日本一の栄冠を争奪するものです。

かるた会 ルール（入門編）

利き腕(取る方)の爪は、短目に切って、整えておいて下さい。指輪も外して下さい。
服装はズボンやフレアースカートなど、脚を隠せるものが良い。

前が広く開いてゆるい服は、避けた方が無難です。

対戦相手を決める(くじ引き・話し合いなど) 対戦場所を決める。
かるたを前にしたら、正座し、お互いに礼をする。
(よろしく…。お手やわらかに。教えて下さい。……)

かるたが100枚ある時は、総てを裏向きにして、よく混ぜる。
裏向きのまま、それぞれの人が、25枚ずつ取る。(枚数をよく確認する。)

自分の膝の前で、87cmの中で、畳の中央から手前に、3段に並べる。
1段目と2段目の間は、1cm空ける。2段目と3段目の間も、1cm空ける。

自分の陣地に置く札は、必ず自分が読める向きに縦に並べる。
(横向きとか、逆さに向けるのは、いけません。)
自分の札の上と、相手の札の上との間隔は、3cm空けて下さい。

並べ方は、その人の自由です。

中央に集中させて並べる人。 左右の隅から詰めて並べる人。

真ん中と左右に分散する人。 島のようにかたまりを作る人。

一つも付けずに、すきまを空けて、バラバラに置く人。

上の句のきまり字で並べる人。 下の句の頭で並べる人。

要するに、相手が取りにくく、自分を取りやすいように並べる。

自分の札は大体置く位置を決めておけば、自陣はその位置だけを見れば良い

取り方は両手でなく、片方の手だけです。(その競技中) 左利きの人ならずと左。

並べ始めてから、大体15分間、自分の札と相手の札の位置を覚えるようにします。
15分間、経った頃、詠み手の人が、「始めます」と競技開始を宣言する。
お互いに、挨拶をする。(詠み手と審判員にも挨拶をする)

まず、空札(百人一首にない短歌)を1首詠み、続けて百人一首の札を詠みます。
詠みはじめたら、対戦者も周りの人も一切、声は出さないようにして下さい。
下の句が詠み終わった後、約一秒で次の歌の上の句が詠みはじめられます。
下の句が詠み終わるまでは、取る手を動かしてはいけません。
下の句が詠み終わった瞬間から、次の札を取る動作に入って良い。

普通は、上の句だけしか詠みません。が最初の頃は下の句も続けて詠みます。

上の句が聞こえたら、すぐに取りにいきます。
100枚の内、自分が25枚、相手も25枚で、全部で50枚しかありません。
詠み手が詠んだ札の内、半分は無い札です。

源平戦なので、自陣と敵陣とは全く違います。
自陣に、詠まれた札があった時、自分が取れば、1枚減ります。
自陣に、詠まれた札があった時、相手が取れば、相手側から1枚もらいます。
これで、相手が1枚、減ることになります。
同様に敵陣に、詠まれた札があった時、自分が取れば、自陣の札を1枚あげます。
そうすると、自分が1枚、減ることになります。

※お手付きルール

お手付き、とは、その陣地内に詠まれた札が無いのに、札に触ってしまうことです。
自陣に、詠まれた札が無いのに、自陣の札に触れてしまった時は、お手付きとなり、
相手から、1枚もらわなくてはなりません。(相手が減り、自分が増えてしまいます)
ですから、自陣に詠まれた札があった時、自陣であるが反対の札や近くの札に
触れても、お手付きにはなりません。
敵陣でも、同様に、敵陣に詠まれた札が無いのに、敵陣の札に触れてしまいますと
お手付きになります。(相手から、1枚もらうので増えます。)
半分は、無い札ですから、自陣にも、敵陣にも無い場合に、慌てて両方の陣地の
札に触れてしまいますと、お手付き2回となり、相手から2枚もらうことになります。
自分も相手も、共にお手付きをした場合、相殺となり、札の交換はありません。

自陣の札を相手に取られ、自分は敵陣の札に触れてお手付きとなると、2枚もらう。

詠まれた札を取ると、その近くの札が崩れます。
すぐ拾い集めて前と同じ位置に並べます。
ただし、取った隙間は左右には、詰めてかまいません。
段を変えたり、右から左へとか、左から右に移したり、移動するときは、
相手にそのことをはっきりと言わなければなりません。
きちんと並べ終わらないうちに、詠み手が詠み始めたら「待って下さい」と言う。

全く同時に札に触れて、区別が付かない時は、自陣に持っていた人の取りとなる。
手が触れる速さが早いと、痛いこともあるので、そのときは素直に謝る。

勝負は、自陣の札が早く、無くなった方が勝ちとなります。
勝負がついたら、お互いに「ありがとうございました。」と挨拶をする。
自分達の対戦が終わっても、まだ続けている人達もいるので、
立ち歩いたり、話し声を立てたりはしないで下さい。

上達して、速く取るようになると、どちらが取ったのか判らない場合もあるので、
審判が各対戦ごとに、付きます。

きまり字の話

一字決まり。《7》

む・す・め・ふ・さ・ほ・せ

二字決まり。《44》

あひみての…、あけぬれば…、あしびきの…、いにしへの…、おくやまに…、
うかりける…、うらみわび…、あふことの…、おくやまに…、をぐらやま…、
おとにきく…、おもひわび…、かくとだに…、かささぎの…、きりぎりす…、
こひすてふ…、こぬひとを…、このたびは…、これやこの…、しのぶれど…、
しらつゆに…、たかさごの…、たきのおとは…、たごのうらに…、たちわかれ…、
たまのをよ…、たれをかも…、ちはやぶる…、つきみれば…、つくばねの…、
なつのよは…、ひさかたの…、みせばやな…、みちのくの…、みよしのの…、
ももしきや…、もろともに…、やへむぐら…、やすらはで…、ゆふされば…、
ゆらのとを…、よをこめて…、よもすがら…、わびぬれば…、

三字決まり。《35》

あきかぜに／あきのたの…、あさぢふの／(あさぼらけ六字決まり)
あまつかぜ／あまのはら…、あらざらむ／あらしふく…、ありあけの／ありまやま…、
あはぢしま／あはれとも…、いまこむと／いまはただ…、おほえやま／おほけなく…、
かぜをいたみ／かぜそよぐ…、ながからむ／ながらへば…、なげきつつ／
なげけとて…、はなさそふ／はなのいろは…、はるすぎて／はるのよの…、
ひともおし／ひとはいさ…、みかきもり／みかのはら…、やまかわに／やまざとは…、
わがいほは／わがそでは…、わすらるる／わすれじの…、

四字決まり。《6》

こころあてに／こころにも…、ちぎりおきし／ちぎりきな…、
なにはえの／なにわがた…、

五字決まり。《2》

よのなかよ／よのなかは…、

六字決まり。《6》

あさぼらけ あ／あさぼらけ う…、
きみがため を／きみがため は…、
わだのはら こ／わだのはら や…、

きまり字の変化(上級編)

例: 5字きまりのうち、1枚が詠まれた後は、「よの…」の2字決まりに変化する。

例: 長いきまり字の札を付けて並べると、同時に2枚触れられて取られる。

例: 長いきまり字の札が同じ陣にあると、お手つきにならないので、早く取られる。

かるた取り遊びの効用

- ①小さい声でも聞き取ろうと、耳を澄ますことで、耳が良くなる。
- ②目をあちこち動かして、札を探すことで、眼球運動になる。
- ③近くの札や遠い札に焦点を合わせることで、老眼の防止になる。
- ④腕の伸縮運動は、バランス感覚を必要とするので、全身の運動になる。
- ⑤瞬発運動を起こすことによって、反射神経を養い、危機回避などに役立つ。
- ⑥散った札を取りに行くため、立って・歩いて・屈んで・拾い・戻って・座るという全身運動になる。
- ⑦記憶力を養うには、同じものではなく、違うものを覚えるようにした方が良い。その点、かるたはその場その場で場面が全く異なるので、常に新しい状況を覚えようと努力することでシナプスがどんどん増えてボケ防止に最適です。
- ⑧同じかるた仲間と、楽しくいろいろなお話をすることで、別の脳が活性化して老けなくなる。
- ⑨かるた取りをきっかけにして、古典である和歌に興味を持ち、文学的解釈や日本の歴史、絵に惹かれたり、書に於いても百人一首は多くの人に愛されているので、いろいろな分野への楽しみが広がってくる。
- ⑩詠むようになると、声をだすので、呼吸系統が使われ心肺機能が高まったりストレス発散にもなります。
- ⑪適度の緊張感と、勝負の面白さが絡み合い、前頭葉が活性化するとされています。
- ⑫道具も大袈裟なもの無く、百人一首のかるた一組と、3畳ほどの部屋があれば、簡単に家庭でも出来ます。
- ⑬勝負にこだわってはいけません。
負けたからといって世の中の大勢に影響があるわけでもないし
勝ったからといって競技かるたの全国大会に出られる訳でもない。
このかるた遊びをすることで、老化防止と健康維持に少し役立ったと思えば
良いのです。気楽に楽しみの一つとしてみませんか。

上達のための練習方法

- 1 詠み札を、何回も声を出して、詠む。(作者名不要、上の句全部と下の句まで)
- 2 上の句の最初を見たら、下の句まで歌が言えるようにする。(声を出して言う)
(例:わがいは ぼは みやこの たつみ しかぞすむ よをうじやまと ひとはいうなり)
- 3 早く下の句が出てくるために 上の句の最初(6字きまりの札は7字目)を見たら 直接下の句が出てくるようにする。
(例:わがいは→よをうじやまと ひとはいうなり)(カードを作って覚える)
- 4 人が詠んだ上の句が聞こえたらすぐ、下の句が言えるようにする。
- 5 下の句の札を見て、上の句が出るようにする。
出るものと出ないものを区分して、出ないものを順次減らしていく。
(例:よをうじやまと→わがいは)
- 6 全部の取り札を見て、上の句のきまり字までが出るようにする。
(100枚で、10分→5分→3分→2分→1分)
- 7 自分の配列を考案する。
(100枚全部、どの札はどの位置に置くか)
- 8 上の句で自分の配列の位置に並べる。
(よく混ぜた後、25枚を取り、繰り返し配列の練習をする)
- 9 25枚の最初の配列の時に、片寄ることがある。その時、どの札を移すか即時判断する。
配置するとき、自陣の札は何があるか、覚えてしまう。
- 10 配列の時に、よく似た札の有無と、その札が敵陣にあれば、自陣と関連づけて位置を確認する。
(例:自陣に「わがいは」→敵陣に「わがそでは」)
(例:自陣に「あきのたの」(取札が「わかこもてはつゆにぬれつつ」)
→敵陣に「きみがため は」(取札が「わかこもてにゆきはふりつつ」)
(例:自陣に1字きまりの「む」→敵陣に「ほ」など)
- 11 詠み手が上の句を詠み始めた時に、まず自陣での有無を瞬時に判断して、無ければ敵陣を攻める。
- 12 自陣に、より長いきまり字の札が複数あった時、お手付きが無いので、早く取る。
(例:自陣に「わがいは」+「わがそでは」→「わが」で両方取る)
- 13 決まり字の変化に注意する。
試合が進行していく中で、先に決まり字の一部が出た時には、それを覚えておく。
残りの決まり字が変化してくる。
(例:「わがそでは」が先に詠まれた。→次に「わがいは」は「わが」で取れる)
(例:①「きみがためをしからざりし」②「きみがためはるののにいでて」③「きりぎりす」の3枚「き」の札があるが、①が先に詠まれた後は、②→「きみ」の2字決まりになる。
③は「きり」の2字決まりのまま。
その後③が先に詠まれれば、②は「き」の1字決まりに変化してくる。

- 14 《誘い手》＝上の句の詠み出しがよく似た歌が詠まれた場合。
わかっていてもあえて手を出して、相手を焦らせて間違った動作をおこさせ、お手付きを誘う方法
自分はその札の上を触れないようにすり抜けていく。
(例:「かぜそよぐ」が場にあり、「かぜをいたみ」が詠まれた時に手を出す。)(技量に差がある時有効)

(この例は、決まり字の直前までは取りにいつている。「かぜ」まで詠んだ時点では、
その札の直前まで手が動いており、その次に続く字が「そ」であつたらそのまま取るし、
「…を…」であつたら、札に触れないようにすり抜けていく方法。)

15 《送り札作戦》

- ①相手に一枚、札を渡す時に、自分の得意札を渡して、それを集中的に攻める方法。
- ②または、自分の不得意札を渡せば、その札は敵陣の視覚内にはいるので狙いやすくなる。
- ③自陣の札の残りが片側に偏ってしまった時、多い方から渡して、左右のバランスをとる。
- ④決まり字の長いものが、同じ自陣にあると、早く取られるので、分けて決まり字を長くする。
(これも決まり字の変化の一つです)
- ⑤相手から来た札を再び返したり、良く似た別の札を返したりして、混乱を招くようにする。
(例:「わがいほは」が来た時、次に「わがそでは」を返す)

- 16 《囲い手》＝長い決まり字の札のうち、一枚だけが場に出ている時(自陣でも敵陣でも)
上の句を詠み始めて、決まり字に達するまでの時間、その札の上方を掌で覆ってしまう方法。
決まり字まで、詠んだ時に、その札なら取るし、違つたら触れないで手を引けば良い。
返し技もある。(覆った掌の僅かな隙に指を突き込む)
高度になると、覆った掌の右の隙を狙おうと微かな動作を起こすと、相手は反射的にその隙間を
せまくする。→必然的に逆の左側の隙間が広がるので、手を反転させて左の隙に指を突き込む。

17 《二段突き》《二段払い》

同じ決まり字の札が、全部同一陣内にあつて、離れて配置してある場合、
決まり字まで待たずに、連続する2動作で両方を取ってしまう方法。
(例:①「きみがためを…」②「きみがためは…」の2枚がある時、「きみ」で二枚共取る方法)
同じ陣内なら、お手付きにならないので、決まり字まで、待つ必要はない。

- 18 《心理的圧力》＝場の枚数が少なくなってきた時
敵陣の札が数枚になった時に、きまり字まで確定しないうちに敵陣の札をめがけて手を出しておき、
違う札であつたら、すり抜け、その札と確定した瞬間に取る、攻める姿勢で相手を威圧する
もし自陣の札が出ても、圧力が相手にかかっていると、守ろうとする気持ちが無意識に出てしまい、
攻める力が弱くなる。自分は攻めていた手から返し手で、自陣の札を取りに行かれる。
その人の氣迫も影響が大きい。

19 《感》

決まり字の短いものの中で、発声する直前に、唇が閉じているか、開いているかで、息の出す音が
微妙に変わるのを感知して、取る動作に入る。
(例:「むらさめの」は「んーむ…」(「めぐりあいて」は「ンーめ…」)
「さびしさに」「すみのえの」「せをはやみ」は「スさ」「スす」「スせ」となってくる。
「ふくからに」は「フふ…」、「ほととぎす」は「口を開いて抜ける音→ほ」となってくる。
枚数が少なくなれば、他の札にも応用される。
つまり、音声の聞こえる前に、感で察知して、動作を起こし始める高度なテクニック。

20 あとは、試合の場数を経験して、練習あるのみ。

でも、百人一首のかるた取りは楽しむことが、一番大切なことです。