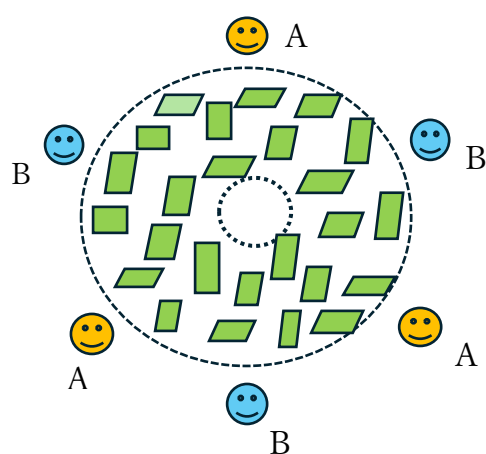


## 【競技の進め方】ルール

1. 競技は2チームが同一の札を取り合う「チラシ戦」とします。
2. 1チームの選手数は3名（登録選手3名以上5名以内）とします。
3. 試合途中での選手の変更は可能です。そのタイミングは10枚読んで、時計回りに移動する際とします。その他の交代は特別な場合を除き認められません。
4. 試合は2試合行い各パートの優勝チームを表彰します。但し全体の参加チーム数が奇数の場合3試合行いますが、1試合はお休みになります。
5. パートは参加チーム数により4チームのパートと、3チームのパートになる場合があります。
6. 各パートの優勝チームは次の通りの方法で決めます。
  - ① 勝ち数の多いチーム
  - ② 取った札の総枚数が多いチーム
  - ③ 同数の場合は、チームメンバー3名が1名ずつ相手チームのメンバーと対戦しその勝敗数で決めます。（6枚の内5枚読みます）
7. 試合の組み合わせは実行委員会で決めます。
8. 札は五色百人一首60枚（各色12枚ずつ）使用し、ドーナツ状に並べ取り合い、その枚数を競います。
9. 6名で自分チーム、相手チーム、自分チームと交互に並び札を囲みます。
10. 10枚読むたびに時計回りに一つ移動します。
11. 空札はありません。全部で55枚読みます。
12. 読み方は上の句1回下の句2回読み、更に〇色札と言います  
下の句の一回目は旧仮名づかいで読み、二回目は今の読み方で読みます。
  - 読み方例
  - いにしえの ならのみやこの やえざくら （上の句）
  - けふここのへに にほいぬるかな （下の句）
  - きょうここのへに においぬるかな （下の句）
  - 青札です。 （札の色）
13. 取った札が正しいか審判が確認します。
14. 次の札を読む前に「続けます」と言って上の句から読みます。
15. 暗記時間は5分間とします。
16. 次の読みが始まってからは、前に読まれた札は取れません。
17. 札の移動はできません。
18. 札には一度しか触れません。間違っただ後正しい札を見つけても取れません。二度触れてしまった場合はお手付きとし、場に札を1枚出します。
19. 札は押さえて取ります。払い手は禁じます。
20. 同時に札を抑えた際は、じゃんけんで決めます。手が重なった際は下になった方の取りとします。
21. 札はどちらの手で取っても構いません。

22. 読まれた札と違う札を触った場合、お手付きとします。お手付きをした場合、チームで取った札を1枚中央に出します。その札は、次に読まれた札を取った方がもらう事ができます。  
更に、お手付きをした人は1回休みとします。
23. 一回休みになった人は、両手を頭に置きます。
24. 休みの選手が読まれた札を取った場合は、その札は相手の札になります。
25. この要綱に定めのない場合は、競技役員の協議により決定します。

【対戦イメージ】



# (百人一首一覧)

| 歌番  | 上の句                                | 下の句                          | 意味・訳                                                                                                 |
|-----|------------------------------------|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1番  | アキ タ 秋の田の かりほの庵の イオ トマ 苫をあらみ       | わが衣手は ヨロモデ ツユ 露にぬれつつ         | 秋の田の側につくった仮小屋に泊まってみると、屋根をふいた苫の目があらいで、その隙間から忍びこむ冷たい夜露が、私の着物の袖をすっきりと濡らしてしまっているなあ。                      |
| 2番  | ハルスギ ナツキ 春過ぎて 夏来にけらし シロタエ 白妙の      | ヨロモデ、チョウ アマ カグヤマ 衣干すてふ 天の香具山 | もう春は過ぎ去り、いつのまにか夏が来てしまったようですね。香具山には、あんなにたくさんのまっ白な着物が干されているのですから。                                      |
| 3番  | あしびきの ヤマドリ オ 山鳥の尾の しだり尾の           | ながながし夜を ヒトリかも寝む              | 夜になると、雄と雌が離れて寝るという山鳥だが、その山鳥の長く垂れ下がった尾のように、こんなにも長い長い夜を、私もまた、(あなたと離れて)ひとり寂しく寝るのだろうか。                   |
| 4番  | タゴ ウラ 田子の浦に うち出でて見れば シロタエ 白妙の      | フジ タカネ ユキ フ 富士の高嶺に 雪は降りつつ    | 田子の浦の海岸に出てみると、雪をかぶったまっ白な富士の山が見事に見えるが、その高い峰には、今もしきりに雪がふり続けている。(ああ、なんと素晴らしい景色なのだろう)                    |
| 5番  | オクヤマ モミジ フ ワ ナナ シカ 奥山に 紅葉踏み分け 鳴く鹿の | コエキ トキ アキ カナ 声聞く時ぞ 秋は悲しき     | 奥深い山の中で、(一面に散りしいた)紅葉をふみわけて鳴いている鹿の声を聞くときは、この秋の寂しさが、いっそう悲しく感じられることだ。                                   |
| 6番  | カササギ ワタ ハシ 鶺鴒の 渡せる橋に 置く霜の シモ 雪     | シロ 白きを見れば ヨ夜ぞ更けにける           | かささが渡したという天上の橋のように見える宮中の階段であるが、その上に降りた真っ白い霜を見ると、夜も随分と更けたのだなあ。                                        |
| 7番  | アマ ハラ 天の原 ふりさけ見れば カスガ 春日なる         | ミササ ヤマ イ ツキ 三笠の山に 出でし月かも     | 大空を振り仰いで眺めると、美しい月が出ているが、あの月はきっと故郷である春日の三笠の山に出た月と同じ月だろう。(ああ、本当に恋しいことだなあ)                              |
| 8番  | わが庵は イオ ミサコ タツミ 都の辰巳 しかぞ住む         | 世をうぢ山と ヤマ ヒト 人はいふなり          | 私の草庵は都の東南にあって、そこで静かにくらししている。しかし世間の人たちは(私が世の中から隠れ)この宇治の山に住んでいるのだと噂しているようだ。                            |
| 9番  | ハナ イロ 花の色は ヲツ 移りにけりな いたづらに         | わが身世にふる ながめせしまに              | 花の色もすっかり色あせてしまいました。降る長雨をぼんやりと眺めているうちに。                                                               |
| 10番 | これやこの ユ カエ ワカ 行くも帰るも別れては           | シ シ 知るも知らぬも オウサカ セキ 逢坂の関     | これがあの有名な、(東国へ)下って行く人も都へ帰る人も、ここで別れてはまたここで会い、知っている人も知らない人も、またここで出会うという逢坂の関なのだなあ。                       |
| 11番 | わたの原 ハラ ヤソシマ 八十島かけて コ イ 漕ぎ出でぬと     | ヒト ツ アマ ツリブネ 人には告げよ 海人の釣船    | (簗)はるか大海原を多くの島々目指して漕ぎ出して行ったと、都にいる親しい人に告げてくれないか、そこの釣舟の漁夫よ。                                            |
| 12番 | アマ カゼ クミ カヨイ ジ フ ト 天つ風 雲の通ひ路 吹き閉ぢよ | オトメ スガタ シ 乙女の姿 しばしとどめむ       | 空吹く風よ、雲の中にあるという(天に通じる)道を吹いて閉じてくれないか。(天に帰っていく)乙女たちの姿を、しばらくここに引き留めておきたいから。                             |
| 13番 | ツクバネ ミネ オ ミナノガワ 筑波嶺の 峰より落つる 男女川    | コイ ツ フチ 恋ぞ積もりて 淵となりぬる        | 筑波山の峯から流れてくるみなのかみも、(最初は小さなせせらぎほどだが)やがては深い淵をつくるように、私の恋もしだいに積みもり、今では淵のように深いものとなってしまった。                 |
| 14番 | ミチノク 陸奥の しのぶもぢずり タレ エ 誰ゆゑに         | ミダ 乱れそめにし われならなくに            | 奥州のしのぶもぢずりの乱れ模様のように、私の心も(恋のために)乱れていますが、いったい誰のためにこのように思い乱れているのでしょうか。(きっとあなたの所為に違いありません)               |
| 15番 | キミ ハル ノ イ ワカナ ツ 君がため 春の野に出でて 若菜摘む  | わが衣手は ヨロモデ ユキ フ 雪は降りつつ       | あなたのために春の野に出て若菜を摘んでいましたが、春だというのにちらちらと雪が降ってきて、私の着物の袖にも雪が降りかかっています。(それでも、あなたのことを思いながら、こうして若菜を摘んでいるのです) |
| 16番 | タ フカ ヤマ ミネ オ ウ 立ち別れ いなばの山の 峰に生ふる   | まつとし聞かば イマカエ コシ 今帰り来む        | あなたと別れて(因幡の国へ)行くけれども、稲葉の山の峰に生えている松のように、あなたが待っていると聞いたなら、すぐにも都に帰ってまいりましょう。                             |
| 17番 | ちはやぶる カミヨ キ タツタガワ 神代も聞かず 竜田川       | からくれなゐに イ ミズ 水くくるとは          | (川面に紅葉が流れていますが)神代の時代にさえこんなことは聞いたことがありません。竜田川一面に紅葉が散りしいて、流れる水を鮮やかな紅の色に染めあげるなどということは。                  |
| 18番 | スミ エ キシ ヨ ナミ 住の江の 岸に寄る波 よるさへや      | ユメ カヨイ ジ ヒトメ 夢の通ひ路 人目よくらむ    | 住の江の岸に打ち寄せる波のように (いつもあなたに会いたいのだが)、どうして夜の夢の中でさえ、あなたは人目をばばかり会ってほくれないのだろう。                              |
| 19番 | ナツワタ ミジカアシ 難波潟 短き蘆の ふしの間も          | ア フ ヨ ス 逢はでこの世を 過ぐしてよとや      | 難波潟の入り江に茂っている芦の、短い節と節の間のような短い時間でさえお会いしたいのに、それも叶わず、この世を過ぐしていけとおっしゃるのでしょうか。                            |

| 歌番  | 上の句                                                                                                          | 下の句                                                                                     | 意味・訳                                                                                                    |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 20番 | わびぬれば <sup>イマ</sup> 今 <sup>ナニワ</sup> はたおなじ 難波なる                                                              | みをつくしても <sup>ア、ワ、ン</sup> 逢 <sup>オモウ</sup> はむとぞ思ふ                                        | (あなたにお逢いできなくて) このように思いわびて暮らしていると、今はもう身を捨てたのと同じことです。いっそのこと、あの難波にある航行の目印、みおつくしのように、この身を捨ててもお会いしたいと思っています。 |
| 21番 | 今来むと <sup>イマコシ</sup> 言 <sup>イ</sup> ひしばかりに <sup>ナガツキ</sup> 長月の                                               | 有明 <sup>アリアケ</sup> の月 <sup>ツキ</sup> を <sup>マ</sup> 待ち出 <sup>イ</sup> でつるかな               | 「今すぐに行きましょう」とあなたがおっしゃったので、(その言葉を信じて) 九月の長い夜を待っていましたが、とうとう有明の月が出る頃を迎えてしまいました。                            |
| 22番 | 吹くからに <sup>アキ</sup> 秋 <sup>クサキ</sup> の草木 <sup>オ</sup> の し <sup>ン</sup> をるれば                                  | むべ山風 <sup>ヤマカゼ</sup> を <sup>アラシ</sup> 嵐 <sup>ン</sup> といふらむ                              | 山風が吹きおろしてくると、たちまち秋の草や木が萎れてしまうので、きっと山風のことを「嵐(荒らし)」というのだろう。                                               |
| 23番 | 月見 <sup>ツキミ</sup> れば <sup>カナ</sup> ちぢ <sup>ヒト</sup> にものこそ 悲 <sup>アキ</sup> しけれ                                | わが身一つ <sup>ミ</sup> の 秋 <sup>アキ</sup> にはあらねど                                             | 秋の月を眺めていると、様々と思ひ起こされ物悲しいことです。秋はわたしひとりだけにやって来たのではないのですが。                                                 |
| 24番 | このたびは <sup>ト</sup> ぬさ <sup>エ</sup> も取りあへず <sup>タムケヤマ</sup> 手向山                                               | 紅葉 <sup>モミジ</sup> の錦 <sup>ニシキカミ</sup> 神 <sup>カミ</sup> のまにまに                             | 今度の旅は急いで発ちましたので、捧げるぬさを用意することも出来ませんでした。しかし、この手向山の美しい紅葉をぬさとして捧げますので、どうかお心のままにお受け取りください。                   |
| 25番 | 名 <sup>ナ</sup> にし負 <sup>オ</sup> はば <sup>オウサカヤマ</sup> 逢坂山 <sup>オウサカヤマ</sup> の さねかづら                           | 人 <sup>ヒト</sup> に知 <sup>シ</sup> られで <sup>ク</sup> 来 <sup>ク</sup> るよしもがな                  | 「逢う」という名の逢坂山、「さ寝」という名のさねかづらが、その名に違わぬのであれば、逢坂山のさねかづらを手繰り寄せるように、あなたのもとにいく方法を知りたいものです。                     |
| 26番 | 小倉山 <sup>オグラヤマ</sup> 峰 <sup>ミタ</sup> のもみち葉 <sup>バ</sup> 心 <sup>ココロ</sup> あらば                                 | 今 <sup>イマ</sup> ひとたびの <sup>マ</sup> みゆき待 <sup>マ</sup> たなむ <sup>シ</sup>                   | 小倉山の峰の美しい紅葉の葉よ、もしお前に哀れむ心があるならば、散るのを急がず、もう一度の行幸を待っていてくれないか。                                              |
| 27番 | みか <sup>ハナ</sup> の原 <sup>ハラ</sup> わきて流 <sup>ナガ</sup> るる <sup>イヅミガワ</sup> 泉川                                  | いつ見 <sup>ミ</sup> きとてか <sup>コイ</sup> 恋 <sup>ン</sup> しかるらむ                                | みかの原を湧き出て流れる泉川よ、(その「いつ」という言葉ではないが) その人をいつ見たといっては、恋しく思うでしょう。本当は一度たりとも見たこともないのに。                          |
| 28番 | 山里 <sup>ヤマザト</sup> は <sup>フユ</sup> 冬 <sup>サビ</sup> ぞ寂 <sup>サビ</sup> しさ <sup>サビ</sup> まさりける                   | 人目 <sup>ヒトメ</sup> も草 <sup>クサ</sup> も <sup>オモエ</sup> かれぬと思 <sup>オモエ</sup> へば             | 山里はいつの季節でも寂しいが、冬はとりわけ寂しく感じられる。尋ねてくれる人も途絶え、慰めの草も枯れてしまうのだと思うと。                                            |
| 29番 | 心 <sup>ココロ</sup> あてに <sup>オ</sup> 折 <sup>オ</sup> らばや折 <sup>ン</sup> らむ <sup>ハツシモノ</sup> 初霜 <sup>ハツシモノ</sup> の | 置 <sup>オ</sup> きまどはせ <sup>シラビク</sup> る <sup>ハナ</sup> 白菊 <sup>ハナ</sup> の花                | 無造作に折ろうとすれば、果たして折れるだろうか。一面に降りた初霜の白さに、いずれが霜が白菊の花か見分けもつかないほどなのに。                                          |
| 30番 | 有明 <sup>アリアケ</sup> の <sup>ミ</sup> つれなく見 <sup>ワカ</sup> えし <sup>ワカ</sup> 別 <sup>ワカ</sup> れより                   | 暁 <sup>アカツキ</sup> ばかり <sup>ウ</sup> 憂 <sup>ウ</sup> きものはなし                                | あなたと別れたあの時も、有明の月が残っていましたが、(別れの時のあなたはその有明の月のようにつれないものでしたが) あなたと別れてからというもの、今でも有明の月がかかる夜明けほどつらいものはありません。   |
| 31番 | 朝 <sup>アサ</sup> ぼらけ <sup>アリアケ</sup> 有明 <sup>ツキ</sup> の月 <sup>ミ</sup> と <sup>ミ</sup> 見 <sup>ミ</sup> るまでに      | 吉野 <sup>ヨシノ</sup> の里 <sup>サト</sup> に <sup>フ</sup> 降 <sup>シラヨキ</sup> れる白雪                | 夜が明ける頃あたりを見てみると、まるで有明の月が照らしているのかと思うほどに、吉野の里には白雪が降り積もっているではないか。                                          |
| 32番 | 山川 <sup>ヤマガハ</sup> に <sup>カゼ</sup> 風 <sup>カゼ</sup> のかけたる <sup>シ</sup> し <sup>シ</sup> がらみは                    | 流 <sup>ナガ</sup> れもあへぬ <sup>エ</sup> 紅葉 <sup>モミジ</sup> なりけり                               | 山あいの谷川に、風が架け渡したなんとも美しい柵があったのだが、それは(吹き散らされたままに)流れきれずにいる紅葉だったのだなあ。                                        |
| 33番 | ひさかたの <sup>ヒカリ</sup> 光 <sup>ヒカリ</sup> のどけき <sup>ハル</sup> 春 <sup>ヒ</sup> の白 <sup>ヒ</sup> に                    | 静心 <sup>シヅゴコロ</sup> なく <sup>ハナ</sup> 花 <sup>チ</sup> の散 <sup>ン</sup> るらむ                 | こんなにも日の光が降りそそいでいるのどかな春の日であるのに、どうして落着いた心もなく、花は散っていくのだろうか。                                                |
| 34番 | 誰 <sup>タレ</sup> をかも <sup>シ</sup> 知 <sup>ヒト</sup> る人 <sup>ン</sup> にせむ <sup>タカサゴ</sup> 高砂 <sup>タカサゴ</sup> の    | 松 <sup>マツ</sup> も昔 <sup>ムカシ</sup> の <sup>トモ</sup> 友 <sup>トモ</sup> ならなくに                 | (友達は次々と亡くなってしまったが) これから誰を友とすればいいのだろう。馴染みあるこの高砂の松が長寿だからといっても、昔からの友ではないのだから。                              |
| 35番 | 人 <sup>ヒト</sup> はいさ <sup>ココロ</sup> 心 <sup>ココロ</sup> も知 <sup>シ</sup> らず <sup>シ</sup> ふるさとは                    | 花 <sup>ハナ</sup> ぞ昔 <sup>ムカシ</sup> の <sup>カ</sup> 香 <sup>ニオイ</sup> に匂 <sup>ニオイ</sup> ひける | さて、あなたの心は昔のままであるかどうか分かりません。しかし馴染み深いこの里では、花は昔のままの香りで美しく咲きにおっているではありませんか。(あなたの心も昔のままですよ)                  |
| 36番 | 夏 <sup>ナツ</sup> の夜 <sup>ヨ</sup> は <sup>ヨ</sup> まだ宵 <sup>ヨイ</sup> ながら <sup>ヨイ</sup> 明 <sup>ア</sup> けぬるを       | 雲 <sup>クモ</sup> のいづこに <sup>ニ</sup> 月 <sup>ツキ</sup> 宿 <sup>ヤド</sup> るらむ <sup>ン</sup>     | 夏の夜は、まだ宵のうちだと思っているのに明けてしまったが、(こんなにも早く夜明けが来れば、月はまだ空に残っているだろうが) いったい月は雲のどの辺りに宿をとっているのだろうか。                |
| 37番 | 白露 <sup>シラツユ</sup> に <sup>カゼ</sup> 風 <sup>フ</sup> の吹きしく <sup>アキ</sup> 秋 <sup>アキ</sup> の野 <sup>ノ</sup> は      | つらぬきとめぬ <sup>タマ</sup> 玉 <sup>タマ</sup> ぞ散 <sup>チ</sup> りける                               | (草葉の上に落ちた) 白露に風がしきりに吹きつけている秋の野のさまは、まるで糸に通してとめていない玉が、美しく散り乱れているようではないか。                                  |
| 38番 | 忘 <sup>ワス</sup> らるる <sup>ミ</sup> 身 <sup>ミ</sup> をば思 <sup>オモウ</sup> はず <sup>チカイ</sup> 誓 <sup>チカイ</sup> ひてし    | 人 <sup>ヒト</sup> の命 <sup>イノチ</sup> の <sup>オ</sup> 惜 <sup>オ</sup> しくもあるかな                 | あなたに忘れられる我が身のことは何ほどのことありませんが、ただ神にかけて(わたしをいつまでも愛してくださると) 誓ったあなたの命が、はたして神罰を受けはしないかと、借しく思われてなりません。         |
| 39番 | 浅茅 <sup>アサチワ</sup> 生の <sup>オ</sup> 小野 <sup>シノ</sup> の篠原 <sup>ハラ</sup> し <sup>シ</sup> のぶれど                    | あまりてなどか <sup>ヒト</sup> 人 <sup>ヒト</sup> の恋 <sup>コイ</sup> しき                               | 浅茅の生えた寂しく忍ぶ小野の篠原ではありませんが、あなたへの思いを忍んではいますが、もう忍びきすることは出来ません。どうしてこのようにあなたが恋しいのでしょうか。                       |
| 40番 | しのぶれど <sup>イロ</sup> 色 <sup>イロ</sup> に出 <sup>イ</sup> でにけり <sup>コイ</sup> わが恋 <sup>コイ</sup> は                   | ものや思 <sup>オモウ</sup> ふと <sup>ヒト</sup> 人 <sup>ヒト</sup> の間 <sup>トウ</sup> ふまで               | 人に知られまいと恋しい思いを隠していたけれど、とうとう隠し切れずに顔色に出してしまったことだ。何か物思いをしているのではと、人が尋ねるほどまでに。                               |

| 歌番  | 上の句                               | 下の句                     | 意味・訳                                                                                                        |
|-----|-----------------------------------|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 41番 | コイ チョウ わが名はまだき 立ちにけり              | ヒトシ 人知れずこそ 思ひそめしか       | わたしが恋をしているという噂が、もう世間の人たちの間には広まってしまったようだ。人には知られないよう、密かに思いはじめたばかりなのに。                                         |
| 42番 | チギ 契りきな かたみに袖を しぼりつつ              | スエ マツヤマ ナミコ 末の松山 波越さじとは | かたく約束を交わしましたね。互いに涙で濡れた袖をしぼりながら、波があの末の松山を決して越すことがないように、二人の仲も決して変わることはありませんまいと。                               |
| 43番 | アイ ミ 逢ひ見ての のちの心に くらぶれば            | ムカシ 昔はものを 思はざりけり        | このようにあなたに逢ってから今の苦しい恋心にくらべると、会いたいと思っていた昔の恋心の苦しみなどは、何も物思いなどしなかったのと同じようなものです。                                  |
| 44番 | オウ 逢ふことの 絶えてはななくは なかなか            | ヒト 人をも身をも 恨みざらまし        | あなたと会うことが一度もなかったのならば、むしろあなたのつれなさも、わたしの身の不幸も、こんなに恨むことはなかったでしょうに。(あなたに会ってしまったばかりに、この苦しみは深まるばかりです)             |
| 45番 | ワ あはれとも いふべき人は 思ほえて               | ミ 身のいたづらに なりぬべきかな       | (あなたに見捨てられた) わたしを哀れだと同情を向けてくれそうな人も、今はいるように思えません。(このままあなたを恋しながら) 自分の身がむなしく消えていく日を、どうすることもできず、ただ待っているわたしなのです。 |
| 46番 | ユウ ト 由良の門を 渡る舟人 かちを絶え             | ユク エ も知らぬ 恋のみちかな        | 由良の海峡を渡る船人が、かいをなくして、行く先も決まらぬままに波間に漂っているように、わたしたちの恋の行方も、どこへ漂っていくのか思い迷っているものだ。                                |
| 47番 | ヤ ム 八重むぐら しげれる宿の さびしきに            | ヒト 人こそ見えね 秋は来にけり        | このような、幾重にも雑草の生い茂った宿は荒れて寂しく、人は誰も訪ねてはこないが、ここにも秋だけは訪れるようだ。                                                     |
| 48番 | カゼ 風をいたみ 岩うつ波の おのれのみ              | ク だけでものを 思ふころかな         | 風がとても強いので、岩に打ちつける波が、自分ばかりが砕け散ってしまうように、(あなたがとてもつれないので) わたしの心は(恋に悩み) 砕け散るばかりのこの頃です。                           |
| 49番 | ミカキモリ エジ 御垣守 衛士のたく火の 夜は燃え         | ヒル キ 昼は消えつつ ものをこそ思へ     | 禁中の御垣を守る衛士のかがり火は、夜は赤々と燃えているが、昼間は消えるようになって、まるで、(夜は情熱に燃え、昼間は思い悩んでいる) わたしの恋の苦しみではないか。                          |
| 50番 | キミ 君がため 惜しからざりし 命さへ               | ナガ 長くもがなと 思ひけるかな        | あなたに会うためなら惜しいとは思わなかった私の命ですが、こうしてあなたと会うことができた今は、いつまでも生きていたいと思っています。                                          |
| 51番 | かくとだに えやは伊吹の さしも草                 | さしも知らじな 燃ゆる思ひを          | これほどまで、あなたを思っているということさえ打ち明けることができずにいるのですから、ましてや伊吹山のさしも草が燃えるように、私の思いもこんなに激しく燃えているとは、あなたは知らないことでしょう。          |
| 52番 | ア 明けぬれば 暮るものとは 知りながら              | なほうめしき アサ 朝ぼらけかな        | 夜が明ければ、やがてはまた日が暮れてあなたに会えるものだと分かってはいても、やはりあなたと別れる夜明けは、恨めしく思われるものです。                                          |
| 53番 | ナゲ 嘆きつつ ひとり寝る夜の 明くる間は             | いかに久しき ものとかは知る          | (あなたが来てくだらないことを) 嘆き哀しみながらひとりで夜をすごす私にとって、夜が明けるのがどれほど長く感じられるものか、あなたはいいいご存じなのでしょうが。                            |
| 54番 | ワス 忘れじの ゆく末までは かたければ              | キョウ カギ 今日を限りの 命ともがな     | いつまでも忘れまいとすることは、遠い将来までとはとても難しいものですから、(あなたの心変わりを見るよりも早く) いっそのこと、今日を最後に私の命が終わって欲しいものです。                       |
| 55番 | タキ オト 滝の音は 絶えて久しく なりぬれど           | ナ 名こそ流れて なほ聞こえけれ        | 水の流れが絶えて滝音が聞こえなくなってから、もう長い月日が過ぎてしまったが、(見事な滝であった) その名は今も伝えられ、よく世間にも知れ渡っていることだ。                               |
| 56番 | あらざらむ この世のほかの 思ひ出に                | いまひとたびの 逢ふこともがな         | 私はもうすぐ死んでしまうことですが、私のあの世への思い出になるように、せめてもう一度なりともあなたにお会いしたいのです。                                                |
| 57番 | めぐり逢ひて 見しやそれとも わかぬ間に              | クモ がくれにし 夜半の月かな         | 久しぶりにめぐり会ったのに、それがあなたかどうかも分からない間に帰ってしまうなど、まるで(早くも) 雲に 隠れてしまった夜中の月ようではありませんか。                                 |
| 58番 | アリマヤマ イ ナ ササハラ カザフ 有馬山 猪名の世原 風吹けば | いでそよ人を 忘れやはする           | 有馬山のふもとにある猪名の笹原に風が吹くと、笹の葉がそよそよと鳴りますが、そうです、その音のように、どうしてあなたを忘れたりするものでしょうか。                                    |
| 59番 | やすらはで 寝なましものを さ夜更けて               | カタブ 傾くまでの ツキ を見しか       | (あなたが来ないと知っていたら) さっさと寝てしまえばよかったものを、(あなたの約束を信じて待っていたら) とうとう明け方の月が西に傾くまで眺めてしまいました。                            |
| 60番 | オオエヤマ ノ ミチ トキ 大江山 いく野の道の 遠ければ     | まだふみも見ず アマ ハシダテ 天の橋立    | (母のいる丹後の国へは) 大江山を越え、生野を通って行かなければならない遠い道なので、まだ天橋立へは行ったことがありません。(ですから、そこに住む母からの手紙など、まだ見ようはずありません)             |

| 歌番  | 上の句                 | 下の句             | 意味・訳                                                                                            |
|-----|---------------------|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 61番 | いにしへの 奈良の都の 八重桜     | けふ九重に にほひめるかな   | 昔、奈良の都で咲き誇っていた八重桜が、今日はこの宮中で、いっそう美しく咲き誇っているではありませんか。                                             |
| 62番 | 夜をこめて 鳥の空音は 謀るとも    | よに逢坂の 関はゆるさじ    | 夜の明けないうちに、鶏の鳴き声を真似て夜明けたとだまそうとしても、(あの中国の函谷関ならいざ知らず、あなたとわたしの間にある)この逢坂(おおさか)の関は、決して開くことはありません。     |
| 63番 | 今はただ 思ひ絶えなむ とばかりを   | 人づてならで いふよしもがな  | 今はもう、あなたのことはきっぱりと思い切ってしまうと決めましたが、そのことだけの人づてでなく、直接 あなたに伝える方法があればいいのですが。                          |
| 64番 | 朝ぼらけ 宇治の川霧 たえだえに    | あらはれわたる 瀬々の網代木  | ほのぼのと夜が明けるころ、宇治川に立ちこめた川霧が切れ切りに晴れてきて、瀬ごとに立っている網代木が次第にあらわれてくる景色は、何ともおもしろいものではないか。                 |
| 65番 | 恨みわび ほさぬ袖だに あるものを   | 恋に朽ちなむ 名こそ惜しけれ  | あなたの冷たさを恨み、流す涙でかわくひまさえもない袖でさえ口惜いの、この恋のために、(つまりぬ噂で) わたしの名が落ちてしまうのは、なんとも口惜しいことです。                 |
| 66番 | もろともに あはれと思へ 山桜     | 花よりほかに 知る人もなし   | 私がおまえを愛しむように、おまえも私を愛しいと思ってくれよ、山桜。(こんな山奥では)おまえの他には私を知る人は誰もいないのだから。                               |
| 67番 | 春の夜の 夢ばかりなる 手枕に     | かひなく立たむ 名こそをしけれ | 春の夜のはかない夢のように、(僅かばかりの時間でも) あなたの腕を枕にしたりして、それでつまらない噂が立つことにでもなれば、それがまことに残念なのです。                    |
| 68番 | 心にも あらで憂き夜に 長らへば    | 恋しかるべき 夜半の月かな   | (もはやこの世に望みもないが) 心にもなく、このつらい浮世を生きながらえたなら、さぞかしこの宮中で見た夜の月が恋しく思 い出されることであろうなあ。                      |
| 69番 | 嵐吹く 三室の山の もみぢ葉は     | 竜田の川の 錦なりけり     | 嵐が吹き散らした三室の山の紅葉の葉が、龍田川に一面に散っているが、まるで錦の織物のように美しいではないか。                                           |
| 70番 | 寂しさに 宿を立ち出でて ながむれば  | いづこも同じ 秋の夕暮れ    | 寂しくて家を出てあたりを眺めてはみたが、この秋の夕暮れの寂しさはどこも同じであるものだ。                                                    |
| 71番 | 夕されば 門田の稲葉 訪れて      | 蘆のまろ屋に 秋風ぞ吹く    | 夕方になると、家の前にある田の稲葉を音をたてて、葦葺きのそまつな小屋に秋風が吹き訪れることよ。                                                 |
| 72番 | 音に聞く 高師の浜の あだ波は     | かけじや袖の めれもこそすれ  | 評判の高い高師の浜の寄せてはかえす波で、袖を濡らさないようにしましょう。                                                            |
| 73番 | 高砂の 尾の上の桜 咲きにけり     | 外山の霞 立たずもあらなむ   | 高砂の峰にも桜の花が咲いたようだから、(その桜を見たいので) 手前の山の霞よ、どうか立たないようにしてくれないか。                                       |
| 74番 | 憂かりける 人を初瀬の 山おろしよ   | 激しかれとは 祈らぬものを   | 私に冷たかった人の心が変わるようにと、初瀬の観音さまにお祈りしたのだが、初瀬の山おろしよ、そのようにあの人の冷たさがいっそう激しくなれとは祈らなかったではないか…               |
| 75番 | 契りおきし させもが露を 命にて    | あはれ今年の 秋もいぬめり   | あなたが約束してくださった、させも草についた恵みの露のような言葉を、命のように恃んでおりましたが、それもむなしく、今年の秋もすぎてしまうようです。                       |
| 76番 | わたの原 漕ぎ出でて見れば ひさかたの | 雲居にまがふ 沖つ白波     | 大海原に船を漕ぎ出してみると、遠くの方では、雲と見わけがつかないような白波が立っているのが見える。(まことにおもしろい眺めではないか)                             |
| 77番 | 瀬をはやみ 岩にせかる 滝川の     | われても末に 逢はむとぞ思ふ  | 川の流れが早いので、岩にせき止められた急流が時にはふたつに分かれても、またひとつになるように、わたし達の間も、(今はたとえ人にせき止められていようと)後にはきっと結ばれるものと思っています。 |
| 78番 | 淡路島 通ふ千鳥の 鳴く声に      | 幾夜寝覚めぬ 須磨の関守    | 淡路島から通ってくる千鳥の鳴き声に、幾晩目を覚ましたことであろうか、この須磨の関の関守は…。                                                  |
| 79番 | 秋風に たなびく雲の 絶え間より    | 漏れ出づる月の 影のさやけさ  | 秋風に吹かれてたなびいている雲の切れ間から、もれでてくる月の光は、なんと清らかで澄みきっていることであろう。                                          |
| 80番 | 長からむ 心も知らず 黒髪の      | 乱れて今朝は 物をこそ思へ   | あなたの心は未永くまで決して変わらないかどうか、わたしの黒髪が乱れているように、わたしの心も乱れて、今朝は物思いに沈んでおります。                               |
| 81番 | ほととぎす 鳴きつる方を ながむれば  | ただ有明の 月ぞ残れる     | ほととぎすの鳴き声が聞こえたので、その方に目をやってみたが、(その姿はもう見えず) 空には有明の月が残っているばかりであった。                                 |
| 82番 | 思ひわび さても命は あるものを    | 憂きに堪へぬは 涙なりけり   | つれない人のことを思い、これほど悩み苦しんでいても、命だけはどうにかあるものの、この辛さに耐えかねるのは(次から次へと流れる)涙であることだ。                         |
| 83番 | 世の中よ 道こそなけれ 思ひ入る    | 山の奥にも 鹿ぞ鳴くなる    | 世の中というものは逃れる道がないものだ。(この山奥に逃れてきたものの) この山奥でも、(辛いことがあったのか) 鹿が鳴いているではないか。                           |

| 歌番   | 上の句                                   | 下の句                           | 意味・訳                                                                                   |
|------|---------------------------------------|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| 84番  | ナガ エ 長らへば またこのごろや しのばれむ               | ウ ミ ミ ヨ 世ぞ 今ハ 恋シキ             | この先生ながらえるならば、今のつらいことなども懐かしく思い出されるのだろうか。昔は辛いと思っていたことが、今では懐かしく思い出されるのだから。                |
| 85番  | ヨ 夜もすがら 物思ふころは ア 明けやらで                | ミヤ 閨のひまさハ つれなかりけり             | 一晩中恋しい人を思って悩んでいるので、早く夜が明けたらよいと思っているのですが、なかなか夜は明けず、寝室の隙間さえもわたしにつれなく感じられます。              |
| 86番  | ナガ 嘆けとて ツキ ワ モノ オモフ 月やは物を 思はする        | カコチ 顔なる わが涙かな                 | 嘆き悲しめと月はわたしに物思いをさせるのだろうか。いや、そうではあるまい。本当は恋の悩みの所為なのに、まるで月の仕業であるかのように流れるわたしの涙ではないか。       |
| 87番  | ムラサメ ツユ ノオモウ ヒメ マキ ハ 村雨の 露もまだ干ぬ 真木の葉に | キリタ 霧立ちのぼる アキ ユウグ 秋の夕暮れ       | あわただしく通り過ぎたにわか雨が残した露もまだ乾ききらないのに、槇の葉にはもう霧が立ちのぼって秋の夕暮れである。(なんととももの寂しいことではないか)            |
| 88番  | ナニワ エ アシ 難波江の 蘆のかりねの ひとよゆゑ            | ミ ツ 身を尽くしてや 恋ひわたるべき           | 難波の入江に生えている、芦を刈った根のひと節ほどの短いひと夜でしたが、わたしはこれからこの身をつくして、あなたに恋しなければならぬのでしょうか。               |
| 89番  | タマ オ タ 玉の緒よ 絶えなば絶えね ながらへば             | シノ 忍ぶことの ヨロ 弱りもぞする            | わたしの命よ、絶えることなら早く絶えてほしい。このまま生きながらえていると、耐え忍んでいるわたしの心も弱くなってしまう、秘めている思いが人に知られてしまうことになろうから。 |
| 90番  | ミ 見せばやな オジマ ア マ ソデ 雄島の海人の 袖だにも        | ヌ 濡れにぞ濡れし イロ カワ 色は変はらず        | (涙で色が変わってしまった) わたしの袖をあなたにお見せしたいものです。あの雄島の漁夫の袖でさえ、毎日波しがきに濡れていても、少しも変わらないもののなに。          |
| 91番  | ナ 鳴くや霜夜の さむしるに                        | コロモ 衣かたしき ひとりかも寝む             | こおろぎがしきりに鳴いている霜の降るこの寒い夜に、むしろの上に衣の片袖を敷いて、わたしはたったひとり寂しく寝るのだろうか。                          |
| 92番  | ソデ シオヒ ミ オキ イシ わが袖は 潮干に見えぬ 沖の石の       | ヒト シ 人こそ知らね かわく間もなし           | わたしの袖は、潮が引いたときも水面に見えない沖にあるあの石のように、人は知らないでしょうが、(恋のために流す涙で) 乾くひまさえありません。                 |
| 93番  | ヨ オカ ツネ ナボサコ 世の中は 常にもがもな 渚漕ぐ          | ア マ オフネ ツナデ 海人の小舟の 綱手かなしも     | この世の中はいつまでも変わらないでほしいものだ。渚にそって漕いでいる、漁師の小船をひき綱で引いている風情はいいものだからなあ…                        |
| 94番  | ヨシノ ヤマ アキカザ マ み吉野の 山の秋風 さよ更けて         | ふるさと 寒く 衣打つなり                 | 吉野の山の秋風に、夜もしだいに更けてきて、都があったこの里では、衣をうつ砧(きぬた)の音が寒々と身にしみてくることだ。                            |
| 95番  | オ おほけなく ウ ヨ タミに おほふかな                 | わが立つ 袖に スミゾメ ソデ 墨染の袖          | 身のほど知らずと言われるかもしれないが、(この悲しみに満ちた) 世の中の人々の上に、墨染の袖を被いかけよう。(比叡山に出家したわたしが平穩を願って)             |
| 96番  | ハナ ウ アラシ コウ ヨキ 花さそふ 嵐の庭の 雪ならで         | ふりゆくものは わが身なりけり               | (降っているのは) 嵐が庭に散らしている花吹雪ではなくて、降っているのは、実は歳をとっていくわが身なのだなあ。                                |
| 97番  | コ ヒト マツホ ウラ ユウ 来ぬ人を 松帆の浦の 夕なぎに        | ヤ 焼くや藻塩の 身もこがれつつ              | どれほど待っても来ない人を待ち焦がれているのは、松帆の浦の夕凧のころに焼かれる藻塩のように、わが身も恋い焦がれて苦しいものだ。                        |
| 98番  | カゼ ナラ オガワ ユウグレ 風そよぐ 檜の小川の 夕暮は         | ミソギ ナツ 御禊ぞ夏の しるしなりける          | 風がそよよと檜(なら)の葉を吹きわたるこのならの小川の夕方は、(もうすっかりと秋のような気配だが) 川辺の禊祓(みそぎはらい)を見ると、まだ夏であるのだなあ。        |
| 99番  | ヒト オ ヒト ウラ 人も惜し 人も恨めし あぢきなく           | ヨ オモウ エ モノオモウ ミ 世を思ふゆゑに 物思ふ身は | 人が愛しくも思われ、また恨めしく思われたりするのとは、(歎かわしいことではあるが) この世をつまらなく思う、もの思いをする自分にあるのだなあ。                |
| 100番 | モモシキ フル キバ 百敷や 古き軒端の しのぶにも            | なほ余りある ムカシ 昔なりけり              | 御所の古びた軒端のしのぶ草を見るにつけ、(朝廷の栄えた) 昔が懐かしく思われて、いくら偲んでも偲びきれないことだ。                              |

※諸説あり

参照：

<https://hyakunin-issyu.com/explanation>

<https://hyakunin.stardust31.com/gendaiyaku.html>