

# 読売家庭版

4月

2022 April  
No.688

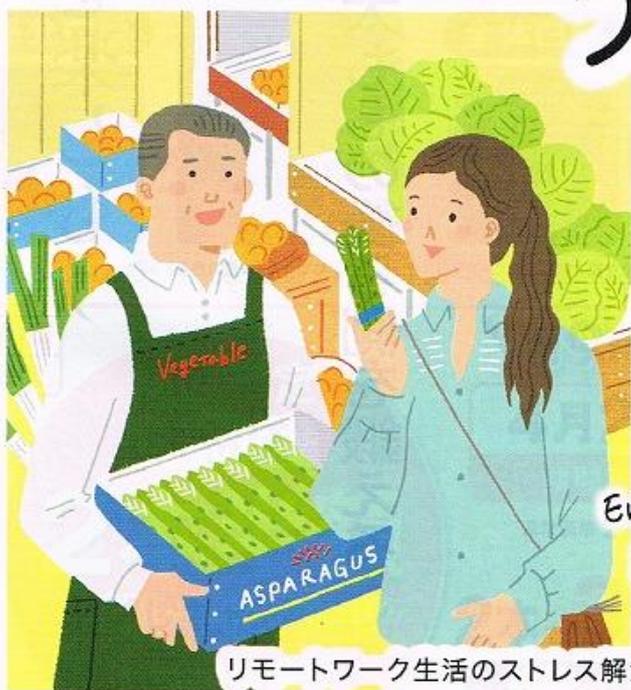
「特集」  
俳句散歩を楽しもう



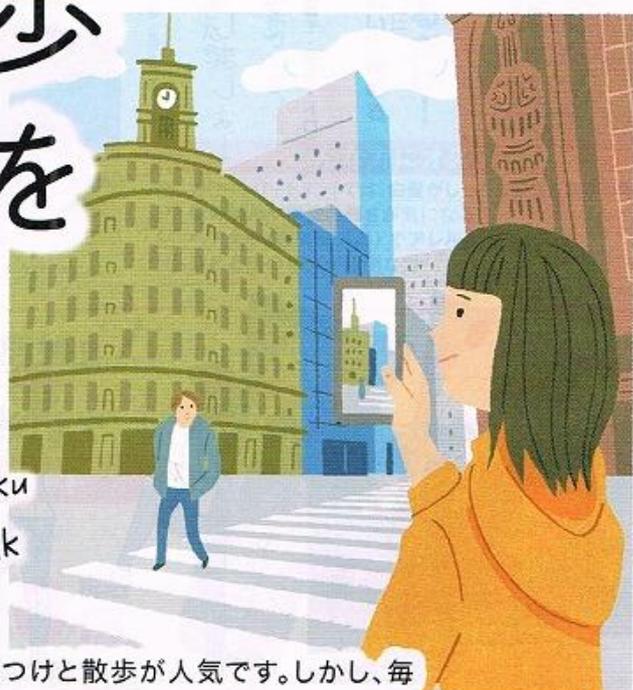
目に触れるもの  
すべてが題材に



# 俳句散歩を 楽しもう



Enjoy haiku  
in a walk



リモートワーク生活のストレス解消にうってつけと散歩が人気です。しかし、毎日同じコースをただ歩くだけでは飽きてくるもの。そこでおすすめしたいのが、道端で見かけた草花や心動かされた風景を俳句にしたための「俳句散歩」です。今回は日常の風景などを材料に俳句を作る際の着眼点やコツをご紹介します。

通い慣れた道も  
ウキウキ気分分で歩ける

新型コロナウイルスの感染拡大以降、散歩やウォーキングをする方をよく見かけます。しかし、ただ歩いてばかりではマンネリぎみという人も少なくないでしょう。ところが「通い慣れた駅までの道でも、歩くたびにウキウキします」というのは、俳人の吉田悦花さんです。

「俳句というと、部屋の中で短冊を前にひねり出すといった古いイメージを持たれる方がいるかもしれませんが、俳句の世界には吟行ぎんぎょうといって、景色のよい所や名所旧跡などに出かけて句を詠むことがあります」

そんな吟行のよさを、普段の散歩にも取り入れてみては、と吉田さんは提案します。

「部屋に閉じこもっているより、外に出かけて季節を感じ、花の香りを嗅ぎ、風の音に耳をすますといふ句ができますよ」

そう話す吉田さんは、カルチャースクールの「よみうりカルチャー」では、「俳句さんぽ」と銘打った講座で、その楽しさを生徒さんに体験してもらっています。

「季節の移り変わりを感じる

Illustration by  
Tamada Noriko

## 空

天気、空の色、雲の形、日光、飛んでいるものはないか

## 水面

水面の様子、映っているもの、水鳥や魚はいないか

## 草花・生物

草花の種類、どんな花が咲いているか、生え方の様子、虫はいないか

## 人物

男女、表情、何をしているのか、どんな服装なのか

## 樹木

樹木の種類、枝ぶりや連なりの様子、幹の感触



何げない風景も、よ〜く観察すれば……

通い慣れた公園の風景も、改めて観察すると意外な発見に満ちています。何よりも外に出かけて、風景の中に身を置くことが肝心。いろいろな思いや言葉が浮かびます。

## 用意したいもの

### 手帳・ペン

「句帳」「俳句帳」といった句を書き入れる専用の手帳もありますが、散歩中にメモをするならば手帳やノートで十分。ポケットなどに入れておいて、サッと取り出せるハンディーサイズのものがおすすめ。ペンは油性ボールペンや鉛筆といった雨などでにじまないものを。

### 歳時記

俳句には、季節を表す「季語」が必須。歳時記は季節を季節ごとに集めてあり、例句が掲載されています。散歩の前に季節に合った季語をチェックしてみたり、句作の際にぴったりの季語を探したりします。季節ごとに分冊になった文庫本サイズのものなら携帯できて便利。

### スマートフォン

散歩中に気になったものを写真に撮っておけば句作に役立ちます。メモ代わりに音声認識でフレーズを記録しておくのにも便利。また、花などにレンズを向けると種類を調べることができるアプリや、季語などの検索ができる歳時記のアプリもあります。

この人に  
聞きました

俳人・NPO法人神田雑学大学最高顧問

吉田悦花さん

月刊俳句誌「炎環」前編集長。「俳句さんぽ」「わん句にゃん句」「蕎麦屋 de819」などユニークな活動を主宰。国際俳句コンクール表彰式に日本人唯一のゲスト俳人として出席。新聞に俳句コラムを連載中。著書に「わん句歳時記 ビジュアル版 犬がいる暮らしを詠む」（チクマ秀版社）ほか。



書きつけた言葉を  
つなぐだけで俳句に

道を歩いているときに、同行の人があつと驚くようなものを見つけたのが得意と吉田さん。「普段から俳句のタネを探しながら歩くのが習慣になってい

のは散歩の醍醐味ですが、漫然と歩いているだけでは多くのモノ・コトを見逃してしまいます。そんなとき、俳句の題材になる言葉を探そうと意識して歩けば、毎日の散歩もわくわくしてグンと張り合いが出来ますよ」

「同じ道を歩くなら、昨日と今日の視点を重ね合わせてみるのもいいですね。草木の芽吹きなどの変化に敏感になれます」

散歩の際はペンと手帳、歳時記を携帯します。目についたモノ・コトを単語やフレーズでいので、メモしていくのがコツと吉田さん。その場では俳句になるかどうかはこの次です。集

るからでしょうね。ふと目に映る景色から気づきを得るんです」  
鳥や虫、魚など、いろんな視点で出合う風景を見つめてみる  
ことが大切だそうです。

「動物園に行き、ライオンがいた、あくびをした、青空」とメモがあれば、それをつないでライオンの大きなあくび春の空で、一句できました。これが俳句づくりの第一歩です。句の良しあしの前に、構えず気軽に

「帰宅後には俳句づくりが楽しめる「俳句散歩」。一度で二度おいしい趣味になるでしょう。」  
いつもの散歩が発見に満ち、

めた言葉をつなぎ合わせれば、誰もが俳句をつくることができそうです。

歩き方のコツ&吉田悦花さんの作例 ①

# 公園・自然

Enjoy haiku  
in a walk

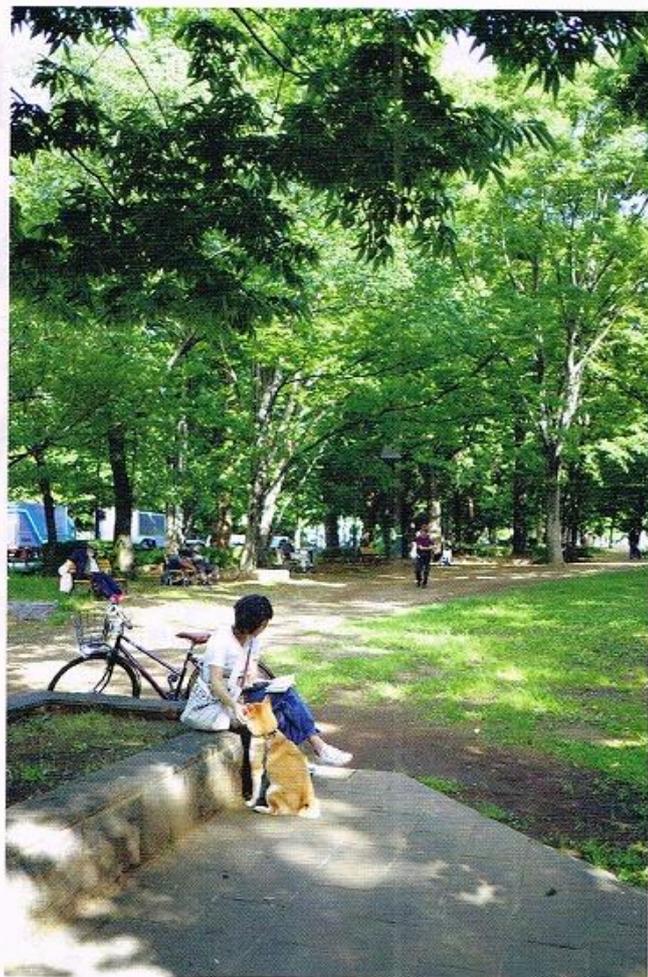
視覚に頼らず  
五感をフルに使う

名所旧跡ならいざ知らず、日  
頃行き来する場所で俳句の題材  
を見つけるのはちよつと難しい  
のでは？ そんな疑問に吉田さ

んはこう答えます。

「公園や郊外の広い景色を前  
にしたときは、やみくもに歩か  
ず立ち止まってみるのも一つの  
方法です。目をつむって、聴覚  
や触覚、嗅覚を働かせてみては  
いかがでしょうか」

風のそよぎや若葉のにおいな  
どをじっくり感じてみるのも、  
俳句散歩の醍醐味の一つです。  
「その場で無理に練り上げよ  
うとせず、そのときの気持ちの  
動きを逃さず受け止めるよう  
にしてみてください」



## 万緑や落ち着きのなき犬の耳

吉田さんの

自句  
自解

万緑は、生命感に満ちた夏の季語。湧き立つような一面の  
緑に包まれて、飼い主さんのかたわらに座る柴犬。ぴんと立  
った耳がしきりに動いている。早く思いきり駆け回りたいと  
そわそわ、あたりが気になってしょうがないのかしら。

### Point

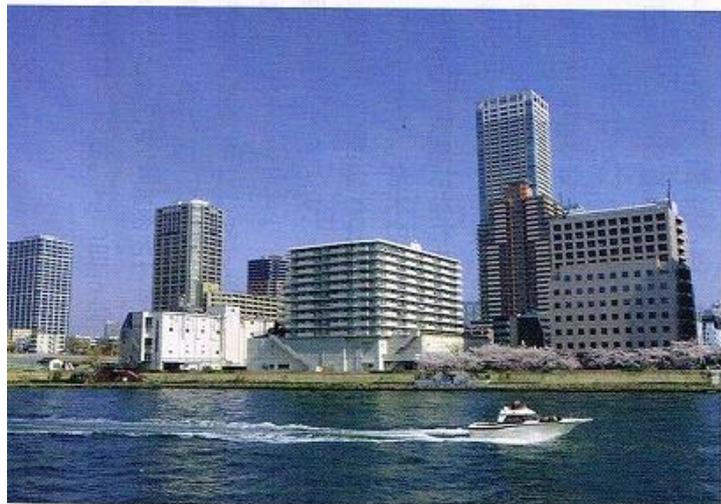
公園では、人物に注目してみるのもおすすめ。服装や表情、し  
ぐさなどを観察して、その人の生活背景などを具体的に想像す  
るのも面白いです。ただし、17音で多くは語れないので、俳句  
にする場合はどの部分を切り取るのかをひと工夫します。また、  
樹木に名札が取り付けがあったら、名前を確認してみましょう。  
季語になっている樹木の様子を自分の目で確かめられます。

吉田さんの

自句  
自解

## ゆく水に乗りたり渡し舟の初夏

この写真は隅田川のようにだけれど、私の句は、葛飾区柴又の  
矢切の渡しを訪ねたときのもの。おらかな川の流れを眺めて  
いて「ゆく水に乗りたり」という言葉が浮かんだ。日差しはす  
でに夏を感じさせた。「渡し舟の初夏」と句またがりの表現に。



### Point

印象的な場面を見かけたら、自分が映画監督に  
なったつもりで映画のワンシーンを頭に描いてみ  
るのも楽しいものです。目の前の景色から現れた  
主人公は何を思っているのか、何を語ろうとして  
いるのか、そんな気持ちを句に託してみましょう。

自	句
自	解

満開の桜が連なり、白く空を覆い尽くして、あわ立っているかのようだ。ここぞとばかり、一気呵成に花開く桜のエネルギーに気おされそう。仰ぎ見る私は、頭の中まで桜に埋めつくされているような、そんな春の真昼です。

## 満開の桜あわ立つまひるかな

### Point

桜は古来多くの人を魅了し、俳句に限らず様々な古典に取り上げられています。それだけに、その奥深さに前もって触れておけば、より感興を覚えることができます。俳句だけでも数え切れないほどの作品があるので、ぜひ句集などをひもといてみてください。一気に満開になり桜吹雪となって散っていくように、時々刻々と姿を変えていくのも桜の大きな魅力。また、同じ桜の木でも朝、昼、夜と違った姿を見せてくれます。そんな時間とともに変化する姿を捉えてみたいものです。



### 俳句づくりの基本①

#### 五・七・五の17音にする

俳句の基本的な形(定型)は、17の音から成り立ちます。ここで注意したいのは、17文字ではなく17音だということ。その際に、拗音の「や、ゆ、よ、あ、い、う、え、お」は音数に数えませんが、蝶ならば、「ちよ・う」と2音に、茶わんならば、「ちや・わ・ん」で3音になります。一方、促音「っ」は1音に数えるので、とってならば、「とっ」

#### 句の中に「季語」を詠み込む

季語は季節を表す言葉であり、四季それぞれ日本で長く愛され、親しまれてきた言葉です。季語を使うことで、作者と鑑賞者が情景やイメージを具体的に共有することができます。歳時記には、春夏秋冬の季節別に、多くの季語が並んでいます。

#### 主観的な言葉を使わない

楽しい・美しい・うれしいなど主観を表す形容詞を使わず、モノに託して表現しましょう。季語は多くの人が共通の感情を持っているので、季語に語らせることもできます。

また、動詞も極力使わないよう

て」と3音になります。長音「ー」も同様で、ボールなら3音です。中には、17音を超える「字余り」、17音より少ない「字足らず」の句もあり、名句も数多くあります。17音は基本であり、決まりではないので、必ず守るべきものではありませんが、字余りなどを効果的に使うのは難しいので、まずは17音でつくってみましょう。

季語は1句に一つ入れるのが原則です。初心者にありがちなのが、季語を重複して使ってしまう「季重なり」。思い浮かんだ言葉を季語とは知らずに並べてしまうような例です。ただし、これも原則であって、あえて季語を重ねた句もあります。

にします。「川が流れる」「花が咲く」は、川は流れ、花は咲くものなので動詞は省略します。「コスモスが揺れる」は、茎が細くて風に揺らぎやすいので、当たり前の表現といえます。



Point

東京にもまだまだ残っている、家々が肩を寄せ合うように並ぶ路地。道行く人を楽しませるように鉢植えが置かれているなど、漂う生活感に詩心が刺激されます。また、商店街であれば、旬のものが並ぶ八百屋さんや魚屋さんの店頭を眺めれば、季節の移り変わりを感じられ、季節語に出合うこともできます。

吉田さんの

句解  
自白

初めての街、とくに路地裏散歩は楽しい。ふとマンホールの蓋に波が描かれているのを見つけた。そんなところにも、春の深まりを感じる。永き日は、昼が長くなった春の日をいう。最も日が長いのは夏至前後。

永き日の波描かれしマンホール

街中・路地

歩き方のコツ&吉田悦花さんの作例②

Enjoy haiku in a walk

吉田さんの

句解  
自白

駅前の交差点を渡っていたら、ふと口笛が聞こえて呼ばれたような気がした。思わず振り向いたけれど、人の往来の中、かき消されてしまった。交差点の真ん中で私の足を止めさせた口笛。あれはなんだったのか。何かを予感させる春の出来事。

口笛に呼ばれし春の交差点



Point

スタイリッシュな造形の建物、季節を先取りしたファッションで道行く人など、繁華街では非日常的な光景から刺激を受けられます。ちょっとした探検気分でも歩くのも楽しいもの。また、画廊や美術館に立ち寄るのもおすすめ。作品鑑賞で心に栄養を与えることで、景色の見え方も違ってきます。

街の雰囲気  
自分をなじませる

「見知らぬ街を歩くときは、しばらく周辺を歩いて、街の雰囲気を感じてみると、見えるものが違ってきます」と吉田さん

ん。下町のような郷愁に触れられる街ならば、古き良き時代を思い出して童心に帰ってみたり、銀座のような繁華街ではウィンドーショッピングで華やい気分になったりすれば、すんなり街に溶け込めて、街歩きがより

楽しめると思います。「雑誌やテレビで見ただけでなく、その場に立ってリアルに街から感動をもらいましょう。すぐに俳句にならなくても、後日、何かの拍子に句が浮かんでくることもありますよ」

俳句づくりの基本②

詠むものをついに絞る

俳句はわずか17音なので、自分の気持ちを正確に伝えようと言葉を連ねるには無理があります。何が一番言いたいことなのか気持ちを定めて、余分なものをどんどん捨てていくことが大事です。俳句づくりは、言葉のスリム化だと心得ましょう。

人の句を読むのも練習

自分と異なる発想や言葉づかいの句を読むのは、創作の刺激にもなり、表現の幅を広げられます。おすすめは、句会や俳句の講座に参加すること。互いの句を読み、感想を語り合うことは、俳句の上達につながります。自分では出来が良くないと思った句が意外と好評だったり、思いもよらぬ意味のとられ方をされたりと、楽しい驚きも。

写真+俳句で独自の世界を作る

# 写真俳句も 楽しい!

Enjoy haiku  
in a walk

季語なしでも  
気軽に五・七・五

1句作るのに四苦八苦するの  
も楽しいものですが、もっと気

楽にできたら、という人もいる  
かもしれません。そんな人には  
「写真俳句」がおすすめ。作家  
の森村誠一氏が提唱したもので、  
「写真に五・七・五の言葉をつけ

て気軽に表現する」ことを旨と  
する創作方法です。

「自作の写真と俳句・川柳を  
使い、写真と句を一体化させる  
のが写真俳句の基本」というの  
は、写真俳句連絡協議会の中村  
廣幸さん。写真を見れば季節は  
だいたいわかるので、季語を気  
にすることなく、日本人になじ  
み深い五・七・五の韻律さえ大切  
にすれば大丈夫といえます。

写真の説明でなく  
心の動きを句にする

日常を写真で切り取り、自分  
の気持ちを句にのせる写真俳句  
ただ一つだけ気に留めておいて  
ほしいことがあると中村さん。

「青空の写真に青空が入った  
句を添えてしまうように、句が  
単なる写真の説明にならないよ  
うに気をつけてください」

説明ではなく、写真を撮った  
ときの自分の心の動きを写真の  
描写を通して表現することが肝  
心です。最初は写真の出来を気  
にせず、気軽にどんどん作っ  
てみる。数を作るのが上達への道  
だそうです。

「自作を掲載できるブログで  
感想を聞いてみたり、人の作品  
を見てみたりすれば、自分なり  
の形ができてきますよ」

写真俳句連絡協議会  
<https://shashin-haiku.org/>

写真俳句ブログ  
<https://shashin-haiku.blog/>  
写真俳句を楽しんでいる人たちのコミュニ  
ティーサイト。登録(無料)すると、写真俳句投  
稿、ブログ投稿、コメント投稿が可能。

作品協力: 熟海写真俳句撮録物語  
<https://atamistory575.com/>

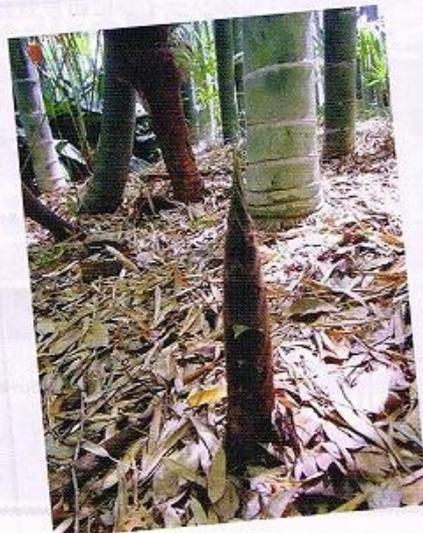
PRESENT

## 読者プレゼント

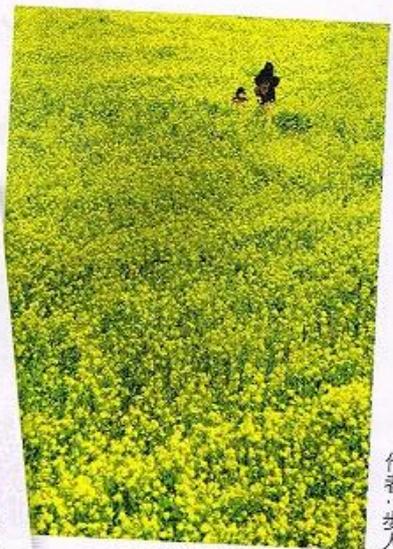
散歩、ウォーキングのおともに!  
Y'SACCS  
「ナイロンタフタシリーズ  
ポシェット」  
2名様



詳細は31ページをご覧ください。



竹の皮脱いで少年声変わり  
作者: 更紗



そよ風が小さき幸せ招く春  
作者: 歩人

## 競ふごと誘ふがごとく春の潮

作者: 左近



活用しよう!

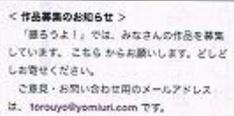
# 読売新聞オンライン

—その15—

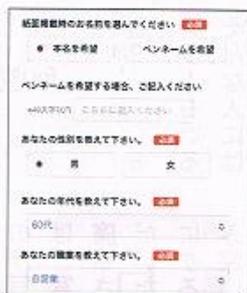
読売新聞オンラインは、読売新聞購読者の方が購読料金+0円で使えるデジタルサービスです。

## 応募方法

①読売新聞オンラインの「撮ろうよ!」コーナー、各作品記事の最後にある〈作品募集のお知らせ〉から応募フォームにアクセス



②掲載時のお名前、写真タイトル、エピソードなどを入力



③写真を選択してアップロード



注：応募は撮影者ご本人に限ります

## 散歩中のベストショットを「読売新聞オンライン」に投稿しよう!

読売新聞オンラインの「撮ろうよ!」コーナーでは、読売新聞社写真部のプロによる撮影テクニックの解説が読めるほか、読者の投稿写真を募集しています。一眼レフだけでなく、スマホで撮影した写真でも構いません。採用された写真は、読売新聞の夕刊または読売新聞オンラインに掲載されます。掲載された方には、よみほ500ポイントのプレゼントも。お気に入りの一枚をぜひ、投稿してみてください。

※読者会員限定記事

さっそくアクセス!



**「カメラグッズ」プレゼントに応募しよう!**

よみほランドでは、「カメラグッズ」をテーマにしたプレゼントを実施中!

さっそく、よみほランドにアクセスして応募しよう!

暮らしの情報は読売新聞オンラインで! いますぐご登録を!

スマートフォンでカンタンに登録できます!

〈まずはアプリをダウンロード!〉

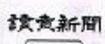
iPhoneはこちら



Androidはこちら



アプリをダウンロードしたら、ホーム画面にこのアイコンが表示されます。



## 〈読者会員登録の仕方〉

トップページから、 をタップし、「読売新聞オンラインに新規登録」から手順に従って登録してください。

iPhoneの場合



Androidの場合

