うたらば
短歌×写真のフリーペーパー「うたらば」
2025.03 vol.38
TAKE FREE
今回のテーマ
温度

短歌とは――

５・７・５・７・７の５句３１音のリズムで詠まれる短い抒情詩。
俳句で使われる「季語」は不要。
古くは奈良時代から身分の貴賤を問わず親しまれ、
現代でも日々の想いを綴る詩形として幅広い層に詠まれています。

一方で、その長い歴史を国語の授業で習うこともあり、
短歌とは難しいものである、と思っている人もしばしば。
このフリーペーパーは「短歌をよく知らない人」に
現代短歌の面白さに触れていただくために作ったもの。
軽い気持ちで、ぜひページをめくってみてください。

作品テーマ

温度

わたしとあなたに
違いがあるから
実感できる
温もりがある

冷えている両手を両手で包みこむ
理由ができる冬はあたたか

熱を分けあう
その喜びが
ずっと続けば
いいと思った

短歌：寺田紗雪

しっぽまで餡の入った
あったかい鯛焼きくらいの幸せでいい

とても小さな
幸せだけど
幸せすぎると
不安になるから

短歌：静句かも

ゆびさきにひろう花びらひんやりと
嘘を見破るようなつめたさ

肌を刺されて
痛んだ胸の
その意味をまだ
探しています

短歌：玖嶋さくら

それぞれが見てる地獄を持ち寄って
つめたい風をふたり凌ごう

一人じゃなくて
二人であれば
地獄でもたまに
笑えるかもね

短歌：六日野あやめ

氷から水、水蒸気へと変わるよう

綻びてゆくあなたの敬語

微笑むたびに
すこしずつ
柔らかくなる
溶け合っていく

短歌：中山あゆみ

佳作集

温度①

適切な温度だらうか路地裏にひつそりと手をつなぐふたりは／朧

「温度計も買っておこうよ」百均のカゴ溢れ出すふたりの暮らし／柳　直樹

おじさんの立ちションからも湯気は出て多分オレの手よりあたたかい／遊鳥泰隆

おにぎりは温めないで心臓に熱が入ると弱虫になる／たろりずむ

こたつから這い出すときに人間は境界を得て析出します／薬箱

マイナスを掛ければプラス　お互いの冷えた指先あたためあって／丸瀬まる

トーストにバターを溶かす手のままでスマホの通知をそっと無視する／箭田儀一

幸せな記憶をひとつ増やすごと子の足元に入れる湯たんぽ／葉月ままこ

仕組みとか知らないままで信じてる体温計は母のお下がり／桝枯井戸

追い焚きができぬバスタブ冷めたなら流してしまうしかないでしょう／小仲翠太

透明な温泉なのに家の湯と違うもんだな　優しくなりたい／佳丸

手を繋ぐ口実として冬が来て2人の温度を足して2で割る／琴里梨央

天使ではなくてよかった背中からつたわってくる君のぬくもり／佐藤硲

冬だからうれしいのです鍋の蓋ふわとあけたらおでんのにおい／鴨岡佑

冬型の緩んだ午後の公園の滑り台から降りてくる雪／田巻由美子

ポッケからきみがお釣りと差し出したきみの体温を持つ十円／風花　雫

入り口という入り口で検温しあの年ぼくら無口だったな／紡ちさと

誘い方なんて知らないくっついた肌のあつさでわかってほしい／高良朝光

冷え性なその脚挟むしあわせも熱力学の第二法則／森末りょう

冷めきったご飯を食べる　考えちゃダメ　と熱めの茶漬けに変える／麻数

はちみつのたれるのろさに

初雪の気配をおもう朝の食卓

おはよう
おはよう
今日も寒いね
ほんと寒いね

短歌：十条坂

セーターは一枚余分に持っていく

予報を見ない彼女のために

大丈夫って
君は言うけど
そうじゃないこと
分かってるんだ

短歌：冬美

あたたかい何かにきみが触れたとき
ふと思い出すひとでありたい
心まで届いた
温もりは
そのままずっと
心に灯るんだって
短歌：髙木一由

自分へと両手をかざし
本を読むときのわたしはすこし暖炉だ

心の奥に
灯りがあって
寒い時には
すがりたくなる

短歌：栗田悠太郎

星に抱かれて
生きていること
忘れないよう
生きなくてはね

地球から湧き出るお湯がなぜだろう

ぼくらにちょうど良いお湯加減

短歌：関根裕治

少しずつ貧しくなってゆく国の
出てこなくなった温いおしぼり

とりあえず
「生」って言って
とりあえず
顔を拭いたり
してたんだっけ

短歌：深影コトハ

佳作集

温度②

指切りは約束という意味よりも温もりだけを信じる祈り／大橋奥文
アイスティー飲めばすーっと現れる私の中に潜むストロー／守谷直紀
身体ごとこっちを向いて問いかけてくれる主治医のやわらかな声／宮緒かよ
冷えている日向夏一つ手にとって夜空にかざし満月にする／山宮のこ
22時ほっともっとののり弁のご飯が温かいだけでいい／伊藤七
あたたかな春の雨降る手のひらにひとりひとりと呟くように／千原こはぎ
エアコンの暴力的な親切にさらされてない実家の空気／月見だいふく
盆にしか行かない町のすみっこで冷やし中華を今年も食べる／とみた律
おしぼりは急速に冷え簡単に得られる恋の死にやすいこと／石川真琴

虹を見て冷たそうねという君の熱いところを探す週末／宇祖田都子
ぬるくなったジンジャーエールひかりつつ口内炎をうつくしく刺す／芍薬
朝　ささやかな花甘やかなバターあなたからまだあたたかなパン／渡邉泰明
一センチ離れて座る太ももの熱に気がつく雨の夕暮れ／麻倉ゆえ
30度越えのキッチン殺伐としていてエビの背ワタが憎い／中川千茉季
温度差に弱くきみから二メートル離れたらもう呼吸困難／畑　依裕
覚悟ならもう出来ている心まで届く言葉を焔と呼ぶの／中村　杏
丸まるか伸びるか猫の体勢で今日の気温が大体わかる／友常甘酢
緑茶好きだけど抽出温度にはこだわりがないのがいいところ／佐々木敦史
気をつけて水でできてる僕たちは熱くなりすぎると消えるから／てと
給食の麦芽ゼリーがよそゆきの顔で冷やされていたマルエツ／星野珠青

読む。

「月刊うたらば」より

文・田中ましろ

疲れって皮ふがかぶった何かでしょ脱いでも脱いでも脱げない何か

（ひらいあかる）

疲れ（やまいだれ）に皮と書いて「疲れ」。皮膚の存在のように表面的な病気、と言われたら確かにそんな気がしてきて、着眼点がとても良いなと思いました。下の句の「脱いでも脱いでも脱げない何か」が私自身も含めて日々に疲れる現代人の実感そのもので、共感度も非常に高い作品です。

父さんは「一回休み」にとまるたびビールを飲んで残念がった

（小松羽流）

子供の遊びに付き合う休日の父親。一回休みにとまって残念がるのはごく普通の反応ですが、その間に「ビールを飲んで」が入るだけで急に別の意味が加わってくるのが面白いところ。満面の笑みで残念がっている様子が目に浮かびます。主体がそんな父をどう感じたかまでは無理に触れず、滑稽な景の描写だけに絞ってあるのもお見事です。

筋肉をはがしますねが比喩なのかわからないまま軽やかな帰路

（たろりずむ）

整体などでは「肩甲骨はがし」としてよく語られる施術。フライドチキン食べるかのように実際に筋肉を剥がしてなどいないと思いつつも、施術後の調子の良さからキツネにつままれたような気持ちになっている主体の感覚が下の句からよく伝わってきます。個人的にはものすごく共感できた作品でした。

比較的ディスりに近い声色で良いひとだよねと言われておりぬ

（芍薬）

上の句の表現が面白く、発見もある作品でした。文字だけでみると「良いひと」は褒め言葉。でも主体はそれが自分への皮肉だと気付く。人間はとても有能な生き物で、投げかけられる声色や表情も含めた総合的な判断をしているんですよね。目が笑っていない、などの慣用句も人間の能力がすごいからこそ生まれた言葉なんだなとあらためて思いました。

ラーメンをこんな時間に食うなとか、他人と自分を比べるなとか

（岩倉日）

上の句も下の句も、いずれもよく見聞きする内容ですが、他人と自分を比べるなと言いながらもラーメンを食べる時間は気にしろ（みんなも気にしてる）と言われて、主体はどうにも腑に落ちない感情を持ったのでしょう。作中ですべてを説明せず読み手に推理の余地を残してあるところも、とても上手い作品です。

シャンプーがすごく泡立つもしかしてこれ二回目のシャンプーなのか

（鴨岡佑）

募集テーマ「疲」に対して単語の詠み込みはせず、みんなが共感できる疲れのシーンを描いたところに作者のセンスを感じます。冒頭でまず出来事を描き、さらにその先で、その景に対して気付いたことを描く。景と情の組み合わせで詠む短歌のお手本のような構成が読者の共感と主体への好感を引き出しています。

正体がばれたくらいで恩返しやめて空へと帰るなよ鶴

（関根裕治）

童話「鶴の恩返し」を下敷きにしている作品。何も考えずに絵本を読んでいるときは姿を見られた鶴が去るシーンは布を織る姿を覗いた主人が悪いと違和感なく思っていましたが、恩返しの途中で去ったと考えるとたしかにこれはこれで正論です（笑）死にかけのところを助けられたのにその程度の恩だったのか、と。有名な童話に真っ向から正論をぶつけたところが面白い作品でした。

憧れて鳥に転生したものの羽の付け根にたまる乳酸

（真野修介）

翼を持たない私たちは鳥になって自由に飛び回りたいという願望を持ったりしがちですが、鳥には鳥なりの苦労があったというお話。全体がフィクションですし、実際に鳥の羽の付け根に乳酸がたまるのかどうかも不明ですが、事実かどうかはさておき、主体の残念度合いがキレよく表現されていて面白かったです。この主体、転生前も何かと残念だったんだろうな（笑）

おやすみ、で終わったLINE おはよう、を送れるまでの長さが夜だ

（牧角うら）

夜という概念の主体なりの再定義が魅力的な作品。単なる時間による区切りではなく心情面での区切りを作ったことで、「夜」に連絡の取れない時間・寂しさが募る時間、というニュアンスが加わる点が素敵です。「おはよう、を送れるまで」と可能動詞であるところも朝が待ち遠しい気持ちが滲んでいますね。

空席に座らせる影 泣いたという映画をきみはだれと観たんだろう

（中山史花）

冒頭の表現がとても秀逸だと感じた恋の歌。映画を見て泣いたという相手の話を聞き、その状況を想像するけれど、隣にいたであろう誰かが分からない。少なくとも自分ではない人と一緒の時間を過ごした、その誰かのことを「影」と表現したところに主体の恋心に伴う焦りや嫉妬や不安がぎゅっと凝縮されています。意識しているからこそ気になってしまう。恋とはそういうものですね。

短歌募集中

「月刊うたらば」では、いつでも作品を募集しています。毎月変わる投稿テーマにて、短歌作品をぜひお寄せください。今月のテーマや募集要項などの詳細は「うたらば」公式サイトをチェック↓

平熱がいつか同じになるような
二人暮らしを始めませんか

いろんなものを
分け合って
生きていこうと
春の約束

短歌：田中ましろ

編集後記

最後までご覧いただきありがとうございます！前号に続き、今回も写真作品を１枚増量でお届けする形となりました。これまで掲載していた連作寄稿コーナーも気に入っていたのですが、「うたらば」ならではの内容を、と思うとやはり写真短歌を充実させる方が意味があるのではと思ったのがその理由です。佳作集のページも従来より２ページ増やせたことで掲載作品数も増えて、同じテーマの中でもよりバラエティ豊かな短歌作品をご覧いただけると感じています。

作品投稿締め切り日から３ヶ月程度で新刊発行するペースを維持できるよう頑張りますので、今後とも「うたらば」へのご投稿とご協力、何卒よろしくお願いいたします！

企画・写真・詩・デザイン
田中ましろ

うたらば vol.38【温度】　2025 年 3 月 17 日発行
○企画・撮影・編集 / 田中ましろ　𝕏 @tnkmsr_photo
○短歌 / 投稿者の皆様

𝕏 @utalover　https://www.utalover.com/

短歌は
もっと
自由になれる