

昭和34年7月27日第三種郵便物認可 毎月1回1日発行
令和3年12月25日印刷 令和4年1月1日発行 第64巻第1号 通巻第746号

ぺんの力^{ちから}

美しい文字・個性的な書



お正月・元旦写経案内

※左の『手ならひ帖』の「良寛 永き春日」から
「手毬つ久」までをペンで臨書しなさい。

良寛 永き春日

あつさ遊三者るさり久れ盤

飯乞ふとさとるい行けば里子ど

も道のちまたに手毬つく

〈原文〉

良寛 永き春日

あつさ遊三者るさり久れ盤

飯乞ふとさとるい行希は里子

とも道のちまたに手毬つ久

〈読み〉

良寛 永き春日

あづさゆみ春さり来れば

飯乞ふと里にい行けば里子ど

も道のちまたに手毬つく

〈作者〉

良寛（一七五八～一八三二）

〈出典〉

鷹見芝香書

『手ならひ帖 永日編』より

〈大意〉

春が来て里に托鉢に行くと、
里の子どもたちは道で手毬を
ついていた。

(参考手本は次ページ)

良寛 永き春日

あき桂こもろきりく

飯をくもろきりく

も道のちもろきに手毬く

堀津 節子 臨

(つけペン)

〔解説〕

変体がなはまた万葉がなともいう。変体がなは後の平がなに対して異体の文字ということであろう。

この変体がなは今の世にも生きていて、かな書きを美しくまとめる為に役立っている。

「芝香のことは」より

〔文字解説〕

A

食

B

者

食

者

(食)

(者)

Aの形を念頭にBを書く

用具 つけペン、万年筆またはデスクペン（ボールペンは不可）、インクは黒色
用紙 ペンの力用紙A型（B型も可）

※バーコード出品券と月別出品券④の2枚を貼って出品してください。

専攻コース

規定課題

(五段〜初段)

※左の手本を参考に、自分の書きぶりで書きなさい。

加藤 玲子 書

(つけペン)

應長の比伊勢國より女の鬼に成

りたるをみて上りたりと事あり

てその比廿日ばかり日ごとに京

白川の人鬼見にとて出で惑ふ

《読み》

應長の比、伊勢國より、女の鬼に成りたるをみて上りたりといふ事ありて、その比廿日ばかり、日ごとに、京・白川の人鬼見にとて出で惑ふ。

《作者》兼好法師

(二二八四〜一三五〇)

《出典》『徒然草』五十段

《大意》

一三二一年の頃、伊勢の国で鬼になった女を捕えて京に上ったというニュースがあった。それから二十日ぐらい経つと日に日に、京都や東郊の白川の人が鬼を見ようとして出歩いた。

《解説》

漢字はあまりくずさない行書で、連綿も無理のない二字でまとめましょう。

旧字体	筆写体	常用体
應		応
	比	比
	勢	勢
國	國	国
	鬼	鬼
	事	事
	京	京
	出	出
	惑	惑

用具 つけペン、万年筆またはデスクペン

(ボールペンは不可)、インクは黒色

用紙 べんの力用紙A型(B型も可)

※バーコード出品券と月別出品券④の2枚を貼って出品してください。

(1級～5級)

堀津節子書

(つけペン)

おほしほ
大潮の満ち来る如くいや高に榮ゆる御
世をことほぐ楽しさ

伊藤左千夫（一八六四～一九一三）

大潮が満ちて来るように世の中が更に栄えますよう新年にお祝いするのは何と楽しいことか。

行書は速く書いているように見えますが、書き流さずにペンの運びをゆつくりと丁寧な、特に連綿は心して書きましよう。

りや高に榮ゆる御世
を、とほく樂しき

つけペン、万年筆またはデスクペン（ボールペンは不可）、インクは黒色

ぺんの力用紙G型

※バーコード出品券と月別出品券①の2枚を貼って
出品してください。

〈いろいろな書きぶり〉

潮 満 満 満 満 高 高 高 高
御 世 樂 樂 樂 樂 樂 樂

〈連綿の注意点〉

※ ③

④

⑤

上の文字の収筆から※印まで一文字のように続ける

福原 溪春 書

(つけペン)

《原文》 誰念北樓上 臨風懷謝公

《読み》 誰か念はん北樓の上 風に臨んで謝公を懷はんとは

《作者》 李白 (七〇一〜七六二)

《大意》 いま、北樓の上に来て、吹きよせる秋風を前にしつつ、ありし日の謝公をしのお私の気持ちを誰が知ってくれよう。

※謝公は李白の最も敬愛した六朝の詩人。宣城の長官をつとめ、北樓を建てた。

《解説》 ○一行を五字に配すると、下に画数の少ない上と公が並び、バランスが悪いので六字に配しました。

○ペン先の弾力と指先の動きをしなやかにすることが大切です。

用具 つけペン、万年筆またはデスクペン（ボールペンは不可）、インクは黒色
用紙 ペンの力用紙G型

※バーコード出品券と月別出品券(A)の2枚を貼って出品してください。

誰 念 北 樓 上 臨
風 懷 謝 公

《解説》

筆写体
誰 念
風 懷
背勢に

短い横画は点でもよい
誰 念
風 懷
1 2 3

筆写体
誰 念 北 樓 上 臨
謝 公 公
身を出してもよい 止めてもよい

大 中 小
臨

この形を
行書で
誰 念
風 懷
点を省略

伏せる
誰 念 北 樓 上 臨
謝 公

1 2 3
上 臨
でもよい

基礎コース

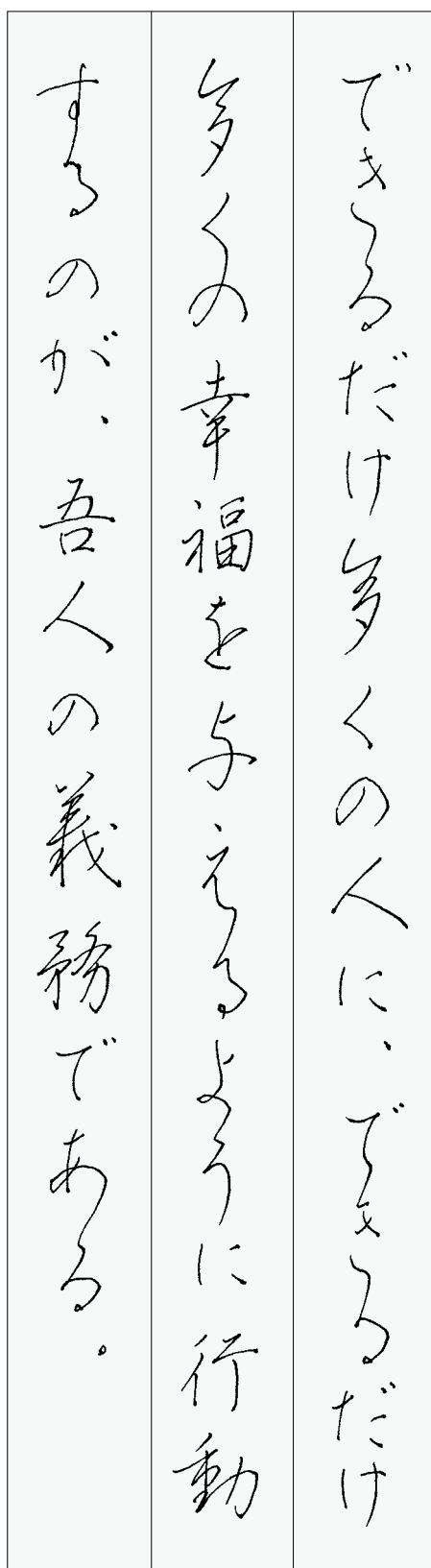
規定課題

(五段く初段)

※左の手本を参考に、自分の書きぶりで書きなさい。

宮田 須美子 書

(デスクペン)



〈解説〉

常用体	旧字体	筆写体	常用体	筆写体
福	福	福	行	行
与	與	與	義	義
幸	幸	幸	務	務

〈読み〉 できるだけ多くの人に、できるだけ多くの幸福を与えるように行動するのが、吾人^{ごじん}の義務である。

〈出典〉 『洪沢栄一100の訓言』より

〈解説〉 ひら仮名が多いので、字粒の大きさ、配字に留意して書きましょう。

用具 つけペン、万年筆またはデスクペン、

ボールペンも可 インクは黒色

用紙 ペンの力用紙3行書き

※バーコード出品券と月別出品券④の2枚を貼って出品してください。

基礎コース

規定課題

(1級～5級)

※下の手本を参考に、自分の書きぶりで書きなさい。

加藤 玲子 書 (デスクペン)

指図をする者が多いと統一かと
れずとんでもない方向に進む。

↑ここに貼る↑

月別・バーコード券

指図はねるをする者が多い画をつなぎ横にひろげないと統一ややそらすかと	れず丸くならないとんでもない方向画をつなぎに進む点の省略 点は上に軽くとめる。
--	---

〈読み〉 指図をする者が多いと統一かとれずとんでもない方向に進む。〈出典〉 ことわざ・船頭多くして船山に登る

〈解説〉 漢字とひらがなの大きさの割合は、10：8ぐらいが目安ですが全体のバランスをみてまとめましょう。

用具 つけペン、万年筆またはデスクペン、ボールペンも可 インクは黒色 用紙 ペンの力用紙2行書き

※バーコード出品券と月別出品券④の2枚を貼って出品してください。

基礎コース

規定課題

(6級～10級)

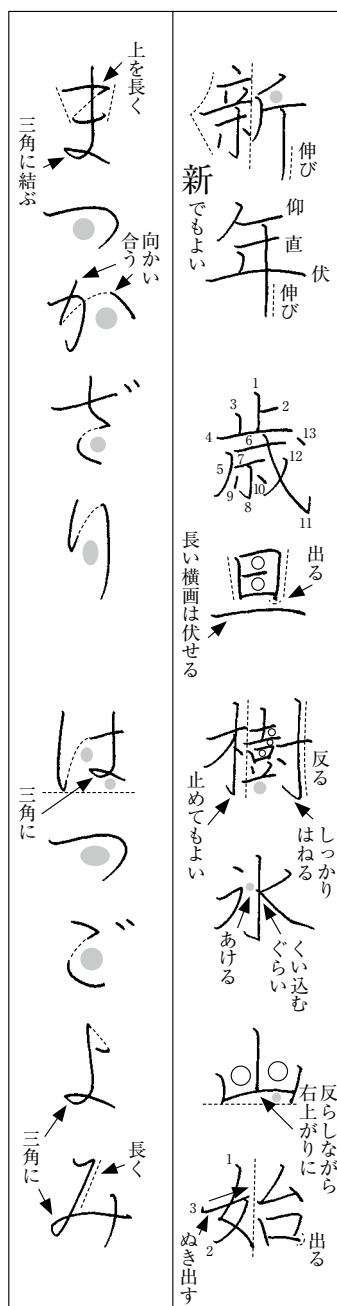
※左の手本を参考に、自分の書きぶりで書きなさい。

福 原 溪 春 書 (つけペン)

新年 歳旦 樹氷 山始

まつかざり はつごよみ

〈解 説〉



〈読み〉 〈出典〉 〈解説〉

新年 歳旦 樹氷 山始
まつかざり はつごよみ

『最新 俳句歳時記』

「山始」：年の初めに行われる山の仕事始めの行事で、お供物を山の神に供えて、その年の山仕事は順調に運ぶのを祈念する。

※偏と旁からなる漢字は相讓相避の原則から譲り合って調和を図ります。平がなは滑らかな運筆を目指してください。

用具 つけペン、万年筆またはデスクペン、
ボールペンも可 インクは黒色
用紙 ペンの力用紙2行書き

※バーコード出品券と月別出品券④の2枚を貼って出品してください。

随意課題

写経研究室

基礎・専攻コース（全員）

草刈北望先生書

摩訶般若波羅蜜多心經

觀自在菩薩行深般若波羅蜜多時照見五
蘊皆空度一切苦厄舍利子色不異空空不
異色色即是空空即是色受想行識之復如
是舍利子是諸法空相不生不滅不垢不淨
不增不減是故空中无色无受想行識无眼
耳鼻舌身意无色聲香味觸法无眼界乃至
无意識界无无明之无无明盡乃至无老死
之无老死盡无苦集滅道无智之无得以无
所得故菩提薩埵依般若波羅蜜多故心无
罣礙无罣礙故无有恐怖遠離一切顛倒夢

〈読み〉

摩訶般若波羅蜜多心經
觀自在菩薩 行深般若波羅蜜多時 照見五蘊皆空
度一切苦厄 舍利子 色不異空 空不異色 色即是
空 空即是色 受想行識 亦復如是 舍利子 是諸
法空相 不生不滅 不垢不淨 不增不減 是故空中
无色 无受想行識 无眼耳鼻舌身意 无色聲香味觸
法 无眼界 乃至无意識界 无无明 亦无无明盡
乃至无老死 亦无老死盡 无苦集滅道 无智亦无得
以无所得故 菩提薩埵 依般若波羅蜜多故 心无罣
礙 无罣礙故 无有恐怖 遠離一切顛倒夢想 究竟
涅槃 三世諸佛 依般若波羅蜜多故 得阿耨多羅三
藐三菩提 故知般若波羅蜜多 是大神呪 是大明呪
是无上呪 是平等呪 能除一切苦 真實不虛 故
說般若波羅蜜多呪 即說呪曰
揭諦揭諦 波羅揭諦 波羅僧揭諦 菩提薩婆訶
般若心經

*バーコード出品券と月別出品券Bを作品の左下に
貼って出品して下さい。

のりしろ
出品する姓名に○をつけて下さい。
中高級・一般版・**上級版**

書学 神田 太郎

部	門
写	経
現段(赤で書く)	現級(黒で書く)
段	級

本特の中の記入
1 現在の役職を正確に記入して、作品の左下にのりづけして下さい。

0 003300 100005

想究竟涅槃三世諸佛依般若波羅蜜多故
得阿耨多羅三藐三菩提故知般若波羅蜜
多是大神呪是大明呪是無上呪是無等等
呪能除一切苦真實不虛故說般若波羅蜜
多呪即說呪曰
揭諦揭諦 波羅揭諦 波羅僧揭諦 菩提沙婆訶

般若心經

奉為二百萬卷寫經發願成就

為
(お願いごとをお書きください)

住所

氏名

右の「般若心經」か次ページの「延命十句観音經」のどちらかを選んで清書し出品してください。

■用紙

「般若心經」「延命十句観音經」用紙は三多軒で用意
しております。

*注文先…三多軒 (03-3265-5493)

「オンラインストア」 www.santaken.com

■用具

つけペン、万年筆またはデスクペン、ボールペン、
インクは黒色

■送り先

〒101-8358 東京都千代田区西神田二丁目三
公益財団法人日本書道教育学会「写経事務局」宛

□納経について

納経をご希望の方は一巻につき五〇〇円を郵便振替で
(払込人住所氏名欄にバーコードの左から8桁の番号
をご記入ください)ご入金の上、「振替払込請求書兼
受領証」を写経作品に添えてお送り下さい。

□お問い合わせ 03-3234-3919

□振替 口座番号 00140-11635923

加入者名 (財)日本書道教育学会 写経事務局

きりと

お正月・元旦写経 納経連絡用紙

公益財団法人日本書道教育学会
二百萬卷写経実践推進委員会事務局

ふりがな	納経者氏名	住所
ふりがな	雅号	〒 □□□□ □□□□ 電話番号 () () () () () ()

※初めて納経される方は、お写経を添えて一緒に写経事務局にお送りください。
芳名録の作成に使用させていただきますので、ご協力下さい。

写経研究室 基礎・専攻コース（全員）

左の「延命十句観首経」か前ページの「般若心経」のどちらかを選んで清書し出品してください。

草荊北望先生書

起	觀	有	觀	延命十句觀音經
念	世	緣	世	
念	音	佛	音	
不	暮	法	南	
離	念	僧	無	
心	觀	緣	佛	
	世	常	与	
	音	樂	佛	
	念	我	有	
	念	淨	因	
	從	朝	与	
	心	念	佛	

百萬卷寫經發願成就

穎興院殿犀水啓道大居士靈位證大菩提也

住所
東京都千代田区西神田二、二三

氏名
山本太郎敬寫

延命十句観音経

観世音 南無佛 与佛有因 与佛有縁

佛法僧縁
常楽我浄

朝念觀世音 ちやうねんかんぜおん
 暮念觀世音 ぼねんかんぜおん
 念念從心起 ねんねんじゅうしんき

念念不離心ねんねんふりしん

觀世音 仏に南無したてまつる 仏と因

あり 仏と縁あり 仏と法と僧との縁に

よつて 常・楽・我・浄の四徳を得ん

朝な朝なに觀世音を念じ夕な夕なに觀世

音を念じ 念々、心より起こり 念々、

心を離れず。

左から 朝 念 暮 徒	この形に 月 の形と 位置注意 バランスよく 伸々と 伸々 この横画は 少々右に おろすこと	法 僧 常 樂 我 淨	アを平たく 大きく 長め この向き長さに ぶと平たく
-------------------------	---	----------------------------	--

心
 いの影に
 右に下げ
 ないこと

 第三 四画の
 点の位置に
 注意のこと
 走としてもよい
 起
 じでも
 よう
 しい

 最
 長めに
 引き

 離
 下へ出して

 二文 立 高 高

随意課題

つけペン

専攻コース（1級～10級）
基礎コース（全員）

※左の手本を参考に、自分の書きぶりで書きなさい。
用紙を縦にして縦書きとしてください。

堀 津 節 子 書

〈読み〉

初夢^{はつゆめ}に故郷^{ふるさと}を見て涙かな

〈作者〉

小林 一 茶

（一七六三～一八二八）

〈大意〉

初夢に故郷の懐しい風景や人々の姿を見て涙してしまった。

〈解説〉

漢字が多くあります。画数の少ない文字もありますが、画数の多い文字が隣り合うと重くなりますので、全体のバランスをみて気をつけてまとめましょう。

涙、かな

（可）
変体仮名

※規定コースの段級を必ず記入してください。記入

のないものは段級不明となります。

※バーコード出品券と月別出品券©の2枚を貼って

出品してください。

用具

つけペン、万年筆またはデスクペン
インクは黒色 ボールペンは不可

用紙

べんの力用紙A型

専攻コース（1級～10級）・基礎コース（全員）

※下の手本を参考に、自分の書きぶりで書きなさい。

小 島 鳳 治 書
(毛筆タイプ)

新春寄席 初笑い落語会

古典落語の粹と妙味をお楽しみください

日時 一月十六日(日)午後二～四時

場所 スマイル館大ホール

出演 事例亭矢太、吾妻亭楽勝 ほか

入場料 一〇〇〇円(先着三〇〇名)

〈申込み〉小平市文化協会

(電話 四五六―七八九〇)

〈解説〉

漢数字の0は、ゼロどちらでもよい。協の三つの力は一つ目を大きく上に置き、下は偏を小さく旁はそれより大きく。「森」も同じ。

用具

筆ペン(毛筆タイプ) インクは黒色

用紙

B4判(タテ36・4cm・ヨコ25・7cm)を縦長にする。下欄の不二教室名・段級・氏名のわくは、A型用紙のものを貼るか、筆ペン用紙をお求めください。

(作品には不二教室名・段級・氏名を必ず明記してください。)



教室名	段	氏名	姓
-----	---	----	---

※規定コースの段級を必ず記入してください。記入のないものは段級不明となります。

※バーコード出品券と月別出品券②の2枚を貼って出品してください。

随 意 課 題

ボールペン

専攻コース（１級～１０級）・基礎コース（全員）

※下の手本を参考に、自分の書きぶりで書きなさい。

※規定コースの段級を必ず記入してください。記入のないものは段級不明となります。
※ハート出品券と月別出品券⑤の２枚を貼って出品してください。

郵便はがき

1050001



港区虎ノ門六ー一二
後楽大 河様
桐生市天神町四ー五ー三
湖田 望

3760052

謹んで初春のお慶びと
申しあげます
皆様のご健康と
ご多幸をお祈り申し
付けます
令和壬寅元旦

小島鳳治書（ボールペン）

《読み》謹んで初春のお慶びを申しあげます 皆々様のご健康とご多幸をお祈り申し上げます
令和壬寅元旦
《解説》・二〇二二年（令和四年）は壬寅（じんいん・みずのえとら）の年です。・「申し」は「申」の終筆を止め、筆の鋒を起すつもりで「し」に連絡させます。・「上げます」は「お祈り申し」に溶け込ませるように。
用具 油性ボールペン（水性でもゲルインクでも良い） インクは黒色 用紙 べんのか用紙C型

↑ここに貼る↑

月別・ハート券

ボールペン（横書き）

書を学ぼうとする人に、はなむけとしたいことが三つある。発心の堅固なること、良師につくこと、衆に随って道を行ずること、この三つである。一事を成し遂げるには、しっかり思い立つことが肝要である。

↑ここに貼る↑

『犀水書話』39ページより

月別・バーコード券

筆ペン（掲示文）

囲碁・将棋のつどい
初めての方も一緒に楽しみましょう！

日時 1月24日（月）午後1時～3時
会場 たかの区民活動センター1階和室
対象 高野地区在住で65歳以上の方
定員 15名（飲み物持参・マスク着用）
申込み 1月17日（月）午前9時～11時
電話（3876）5421

※医療用手袋（用意します）の着用をお願いします。

主催 たかの区民活動センター運営委員会

不 教 育				氏 名 欄					姓
-------------	--	--	--	-------------	--	--	--	--	---

つけペン（和歌）

おしなべて木の芽もはるの浅緑
松にぞ千代の色はこもれる

〈大意〉すべて一様に、木の芽も出て、春の浅緑になっているなかで、いちだんと色を増して美しい松に、千年の色はこもっていることだ。

〈作者〉 撰政太政大臣 藤原良経（よしつね）（二一六九～一二〇六）
〈新古今和歌集・巻第七 賀歌 七三五〉

※規定コースの段級を必ず記入してください。
記入のないものは段級不明となります。
※バーコード出品券と月別出品券③④の2枚を貼って出品してください。

＋＋＋＋＋ 随意課題出品のきまり ＋＋＋＋＋

つけペン（短歌）

課題 右ページの短歌を、自分の書きぶりで体裁よく書き

なさい。（漢字・かなの書き換え自由・旧かなづかい使用のこと）

用具 つけペンまたは万年筆 デスクペン ボールペンは

不可 インクは黒色

用紙 ペんの力用紙A型（B型も可）を縦に使用する。

ボールペン（横書き）

課題 右ページの文を横書きに、体裁よく書きなさい。

（書体自由）

用具 ボールペン 油性・水性どちらでも可 インクは黒色

用紙 ペんの力用紙A型（名前が左にくるように横にして

書く。不二教室名、段、氏名は縦書きにする。）B型も可。

筆ペン（掲示文）

課題 右ページの掲示文を横書きに、文字の位置や大きさを

考えて、体裁よく書きなさい。（漢字の書体は楷書

または行書）

用具 筆ペン インクは黒色

用紙 ペんの力筆ペン用紙、またはB4版（約36・4 cm×

約25・7 cm）コピー用紙を縦に使用。作品の下欄に

は、不二教室名・段・氏名を必ず明記すること。（そのわくは、A型用紙のものを貼ること）

◆二月号課題予告◆

【専攻コース】

会友く六段

鷹見芝香書

手紙文より

五段く初段

仁和寺にある法師、年寄るまで、石清水を拜まざりければ、
心うく覚えて、ある時思ひ立ちて、たゞひとり、
徒歩よりまうでけり。

1級く5級

高々につもれる雪に幾たびもぬかる音して童あそびけり

6級く10級

風勁角弓鳴將軍獵渭城

【基礎コース】

五段く初段

経済に国境なし。いずれの方面においても、わが智慧と勉強とを
もって進むことを主義としなければならぬ。

1級く5級

人はつき合う仲間によって良くも悪くもなる。

6級く10級

早春 節分 紅梅 薄氷 はるいちばん ふきのとう

※課題は変更になることがあります。

～鷹見芝香先生による～

美しいペン字を学ぶ

楷書・かなの基本⑨

鷹見芝香（たかみ しこう）（一八九八～一九八六）

名実ともに硬筆書写の第一人者。ペンの性能研究を基礎として、本格的な硬筆習字法をうち立て、実用書道から、ラウンドペンやフェルトペンを利用した芸術的作品にまで分野を広げた。又あらゆる教育の場で硬筆書道の必要性を働きかけるとともに、子弟の養成にもつとめた。

初歩から基本を順序を追って学習することで、やがてその蓄積が応用力を発揮します。

「誰もが読めて、正確かつ心に響く美しい文字を書く」という鷹見先生の思いを心に留め、よく観賞・練習し、その極意を体得してください。

偏と旁からなる漢字は、相談相避の原則から譲り合って書きます。かなは漢字より小さめに書いて調和を図りましょう。

つけペンをおすすめしておりますが、お好きな用具で取り組んでください。

【おすすめの用具・用材】

- ・日光日本字ペン先（つけペン）
- ・タチカワフリーペン軸（つけペン用）

※購入先は58ページをご覧ください。

日本昔ものカバリ
浦島太郎竜宮乙姫
夢を運ぶ童話作家
原始林の聖者