

「万葉歌留多（簡易版）」——現代語訳——

R2.5.30 版

1 たまきはる 宇智の大野に 馬並めて 朝踏ますらむ

その草深野 (間人老 卷一—四)

【現代語訳】 靈魂のきわまる命、その「うち」ではないが、宇智の広々とした野に馬を連ねて、朝、踏んでいらつしやることでしよう。その草深き野よ。

※宇智＝奈良県五條市の辺り

【漢字本文】 玉尅春 内乃大野介 馬數而 朝布麻須等六 其草

深野

2 熟田津に 船乗りせむと 月待てば 潮もかなひぬ

今は漕ぎ出でな (額田王 卷一—八)

【現代語訳】 熟田津に船出をしようと月を待っていると、潮流もちょうどよくなつた。さあ、今こそ漕ぎ出そう。

※熟田津＝現在の愛媛県にあった古代の港

【漢字本文】 熟田津介 船乗世武登 月待者 潮毛可奈比沼 今

者許藝乞菜

3 あかねさす 紫野行き 標野行き 野守は見ずや

君が袖振る (額田王 卷一—二〇)

【現代語訳】 あかね色をおびるムラサキの禁園を歩き来しながら、野の番人が見はしないでしようか。あなたは袖をお振りになる。

※袖を振る＝愛情を示す動作

【漢字本文】 茜草指 武良前野逝 標野行 野守者不見哉 君之

袖布流

4 よき人の よしとよく見て よしと言ひし 吉野よく見

よ よき人よく見つ (天武天皇 卷一—二七)

【現代語訳】 りっぱな人がよい所としてよく見て「よし」といった。この吉野をよく見るがいい。りっぱな人もよく見たことだ。

※吉野＝奈良県吉野郡吉野町の一帯

【漢字本文】 淑人乃 良跡吉見而 好常言師 芳野吉見与 良人

四来三

5 采女の 袖吹きかへす 明日香風 都を遠み いた

づらに吹く (志貴皇子 卷一—五一)

【現代語訳】 宮廷に仕える美しい女性たちの袖を吹きひるがえす明日香の風。今は都が遠いので、空しく

吹ふいている。

【漢字本文】 姦女乃 袖吹反 明日香風 京都乎遠見 無用尔布久

6 巨勢山こせやまの つらつらつばき椿 つらつらつばきに 見みつつ思しはな

巨勢こせの春野はるのを (坂門人足 卷一—五四)

【現代語訳】 巨勢山のつらつら椿を、その名のとおりつらつら

と見ては愛めでたいものだ。巨勢の春の野を。

【漢字本文】 巨勢山乃 列と椿 都良とと尔 見乍思奈 許

湍乃春野乎

※巨勢山||奈良県御所市古瀬周辺の山

7 われはもや 安見見得たり 皆人みなひとの 得難えかたにすといふ

安見見得やすみこえたり (藤原鎌足 卷二—九五)

【現代語訳】 私わたしはああ、安見見やすみこを手に入れた。宮廷きやうていの人々ひとびとがみ

な得えられなかつたという安見見やすみこを手に入れた。

【漢字本文】 吾者毛也 安見見得有 皆人乃 得難尔為云 安見 兒衣多利

8 あしひきの山やまのしづくに 妹待いもまつと わが立たち濡ぬれ

し 山やまのしづくに (大津皇子 卷二—一〇七)

【現代語訳】 あしひきの山の霰しゆくに恋人こいびとを待まって私わたしは立たちつづけ

て濡ぬれてしまった。山の霰しゆくに。

【漢字本文】 足日木乃 山之四付二 妹待跡 吾立所沾 山之四附二

9 磐代いはしろの 浜松はままつが枝えを 引ひき結むすび 真幸まさきくあらば また

還かへり見みむ (有間皇子 卷二—一四一)

【現代語訳】 磐代いはしろの浜はまの松まつの枝えだを引ひき結むすんで、もし無ぶ事じであった

ら、また繰くり返かえし見みることだろう。

【漢字本文】 磐白乃 濱松之枝乎 引結 真幸有者 亦還見武

※磐代||和歌山県日高郡みなべ町

10 秋山あきやまの 黄葉もみちを茂しげみ 迷まとひぬる 妹いもを求もとめむ 山道やまぢ

知らずも (柿本人麻呂 卷二—二〇八)

【現代語訳】 秋山あきやまのもみじが繁しげっているので、道みちに迷まよってしまっ

た妻つまを探さがそうにも、山道やまみちを知らしらないことだ。

【漢字本文】 秋山之 黄葉乎茂 迷流 妹乎将求 山道不知母

11 淡海あふみの海うみ 夕波ゆふなみ千鳥ちどり 汝なが鳴なげば 情こころもしのに

古思いにしへほゆ (柿本人麻呂 卷三—二六六)

【現代語訳】 近江の海の夕波を飛ぶ千鳥よ、お前が鳴くと心も萎えるように昔のことが思われる。

※淡海の家||琵琶湖

【漢字本文】 淡海乃海 夕浪千鳥 汝鳴者 情毛思努尔 古所念

12 田児の浦ゆ うち出でて見れば 真白にそ 不尽の高

嶺に 雪は降りける (山部赤人 卷三―三二八)

【現代語訳】 田児の浦を通つて出て見ると、まっ白に富士山の頂に雪が積もっていたことだ。

※田児の浦||静岡県の駿河湾に面する海岸

【漢字本文】 田兒之浦從 打出而見者 真白衣 不盡能高嶺尔 雪波零家留

13 あをによし 寧楽の京師は 咲く花の 薫ふがごとく

今盛りなり (小野老 卷三―三二八)

【現代語訳】 青丹も美しい奈良の都は、咲きほこる花のかがやくように、今が盛りだ。

【漢字本文】 青丹吉 寧樂乃京師者 咲花乃 薫如 今盛有

14 藤波の 花は盛りに なりにけり 平城の京を

思ほすや君 (大伴四綱 卷三―三三〇)

【現代語訳】 藤の花が波うって盛りになったなあ。奈良の都を恋しくお思いでしょうか、あなた。

【漢字本文】 藤浪之 花者盛尔 成来 平城京乎 御念八君

15 験なき 物を思はずは 一坏の 濁れる酒を 飲

むべくあるらし (大伴旅人 卷三―三三八)

【現代語訳】 考へても仕方ない物思いをしないで、一杯の濁り酒を飲むのがよいらしい。

【漢字本文】 験無 物乎不念者 一坏乃 濁酒乎 可飲有良師

16 世間は 空しきものと あらむとそ この照る月は

満ち開けしける (作者未詳 卷三―四四二)

【現代語訳】 世の中は空しいものだ、それを示して、この輝く月も満ち欠けするのだなあ。

【漢字本文】 世間者 空物跡 将有登曾 此照月者 満闕為家流

17 み熊野の 浦の浜木綿 百重なす 心は思へど 直

に逢はぬかも (柿本人麻呂 卷四―四九六)

【現代語訳】 神聖な熊野の浦の浜木綿のように、幾重にも心に

思おもうけれど、直ちやく接せつは逢あえないことだ。

【漢字本文】三熊野之 浦乃濱木綿 百重成 心者雖念 直不相鴨

18 には鳥どりの 潜かづく池水 情こころあらば 君きみにわが恋こふる

情こころ示しさね (大伴坂上郎女 卷四―七二五)

【現代語訳】鳩鳥にわどりが水みずに潜もぐる池の水よ。心こころがあるならば天皇へ

の私わたしの思おもいを示ししておくれ。表おもてに見みえなくても底そこ深くある、お前まえと同じ私わたしの心こころを。

【漢字本文】二寶鳥乃 潜池水 情有者 君尔吾戀 情示左祢

19 龍たつの馬まも 今いまも得えてしか あをによし 奈良ならの都みやこに

行ゆきて来こむ為ため (大伴旅人 卷五―八〇六)

【現代語訳】天空てんくうを駆かける龍たつの馬うまも今いまは欲ほしいものだ。美うつくしい

奈良ならの都みやこに行いって帰かえるために。

【漢字本文】多都能馬母 伊麻勿愛豆之可 阿遠尔与志 奈良乃

美夜古尔 由吉帝己牟丹米

20 春はるされば 木末こぬれ隠かくれて 鶯うぐいすそ 鳴なきて去いぬなる

梅うめが下しづえ (山口若麻呂 卷五―八二七)

【現代語訳】春はるになると梢こずえでは花はなに姿すがたが隠かくれてしまつて、ウグ

イスは、鳴なき移うつるようだ。梅うめの下した枝えだの方に。

【漢字本文】波流佐礼婆 許奴礼我久礼豆 宇具比須曾 奈岐豆

伊奴奈流 烏梅我志豆延介

21 ぬばたまの 夜よの更ふけぬれば 久木ひさき生おふる 清きよき川原

に 千鳥ちどりしば鳴なく (山部赤人 卷六―九二五)

【現代語訳】ヌバタマの実みのように黒くろい夜よがふけると、久木ひさきの生はえる清きよらかな川原かわらに千鳥ちどりがしきりに鳴なくことだ。

【漢字本文】烏玉之 夜乃深去者 久木生留 清河原余 知鳥數鳴

22 玉藻たまも刈かる 辛荷からにの島しまに 島廻しまみする 鶯うにしもあれや

家思いへおもはざらむ (山部赤人 卷六―九四三)

【現代語訳】美うつくしい藻もを刈かるといふ辛荷からにの島しまをめくり飛とぶ鶯うだ

からといつて、家いえを思おもわないことがあるだろうか。

※辛荷の島は兵庫県たつの市室津の南に浮かぶ島

【漢字本文】玉藻刈 辛荷乃嶋尔 嶋廻為流 水鳥二四毛有哉

家不念有六

23 ぬばたまの 夜霧よぎりの立たちて おほほしく 照てれる月夜

の 見みれば悲かなしき (大伴坂上郎女 卷六―九八二)

【現代語訳】ヌバタマの実のように暗い夜に霧が立って、ぼんやりと照っている月を見るときもの悲しいことだ。

【漢字本文】烏玉乃 夜霧立而 不清 照有月夜乃 見者悲沙

24 振仰けて 若月見れば 一目見し 人の眉引 思ほゆるかも  
（大伴家持 卷六—九九四）

【現代語訳】空遠くふり仰いで三日月を見ると、一目だけ見た女の細く美しい眉が思われることだ。

【漢字本文】振仰而 若月見者 一目見之 人乃眉引 所念可聞

25 天の海に 雲の波立ち 月の船 星の林に 漕ぎ隠る見ゆ  
（柿本人麻呂歌集 卷七—一〇六八）

【現代語訳】天上の海には雲の波が立ち、月の船が星の林に漕ぎ隠れていくのが見える。

【漢字本文】天海丹 雲之波立 月船 星之林丹 榜隠所見

26 海原の 道遠みかも 月読の 光すくなき 夜は更けにつつ  
（作者未詳 卷七—一〇七五）

【現代語訳】はるかにやって来た海上の道が遠いからかなあ、月の光のかすかな夜はふけていくことだ。

【漢字本文】海原之 道遠鴨 月讀 明少 夜者更下午

27 あしひきの 山川の瀬の 響るなへに 弓月が嶽に

雲立ち渡る  
（柿本人麻呂歌集 卷七—一〇八八）

【現代語訳】あしひきの山川の瀬の音が激しく響くにつれて、弓月が岳に雲の立ち渡るの見える。

※弓月が嶽は現在の奈良県桜井市巻向の辺り

【漢字本文】足引之 山河之瀬之 響苗尔 弓月高 雲立渡

28 石ばしる 垂水の上の さ藤の 萌え出づる春に なりにけるかも  
（志貴皇子 卷八—一四一八）

【現代語訳】岩の上をほとばしる滝のほとりのワラビがめばえる春に、ああなつたことだ。

【漢字本文】石激 垂見之上乃 左和良妣乃 毛要出春尔 成来鴨

29 秋の野に 咲きたる花を 指折り かき数ふれば 七種の花  
（山上憶良 卷八—一五三七）

【現代語訳】秋の野に咲いている花を指を折って数えりと、次の七種類の花が美しい。

【漢字本文】秋野尔 咲有花乎 指折 可伎数者 七種花

30 秋萩の 散りのまがひに 呼び立てて 鳴くなる鹿の  
声の遙けさ (湯原王 卷八一—五五〇)

【現代語訳】 秋萩の散り乱れる中にまぎれて、妻を呼び立てて鳴  
くらしい鹿の声がはるかなことよ。

【漢字本文】 秋芽之 落乃乱尔 呼立而 鳴奈流鹿之 音遙者

31 夕月夜 心もしのに 白露の 置くこの庭に 蟋蟀  
鳴くも (湯原王 卷八一—五五二)

【現代語訳】 夕月の照る夜、心も萎えるように白露の置くこの  
庭に、コオロギが鳴くことよ。

【漢字本文】 暮月夜 心毛思努尔 白露乃 置此庭尔 蟋蟀鳴毛

32 明日香川 行き廻る丘の 秋萩は 今日降る雨に  
散りか過ぎなむ (丹比国人 卷八一—五五七)

【現代語訳】 明日香川が流れめぐる丘の秋萩は、今日降る雨に散  
ってしまっただろうか。

※明日香川||高取山||明日香村内||藤原京方面へと流れて大和川に注ぐ

【漢字本文】 明日香河 逝廻丘之 秋芽子者 今日零雨尔 落香  
過奈牟

33 あしひきの 山の黄葉 今夜もか 浮びゆくらむ  
山川の瀬に (大伴書持 卷八一—五八七)

【現代語訳】 あしひきの山のもみじは、今夜も浮かび流れゆくだ  
ろうか。山川の瀬に。

【漢字本文】 足引乃 山之黄葉 今夜毛加 浮去良武 山河之瀬尔

34 ももしきの 大宮人は 暇あれや 梅を挿頭して  
ここに集へる (作者未詳 卷十一—一八八三)

【現代語訳】 ももしきの大宮人(宮廷に仕える人)は時間があ  
るからだろうか、梅を髪に挿してここに集っている  
なあ。 ※「野遊び」をテーマとした歌

【漢字本文】 百礮城之 大宮人者 暇有也 梅乎挿頭而 此間集有

35 春楊 葛城山に たつ雲の 立ちても坐ても 妹を  
しそ思ふ (柿本人麻呂歌集 卷十一—二四五三)

【現代語訳】 春の楊を覆(髪飾り)にするという葛城山にわ  
き立つ雲のように、立っても座っていても(何をし  
ていても)妻のことばかりを思うことだ。

※葛城山||現在の奈良県と大阪府の堺に位置する山

【漢字本文】 春楊 葛山 發雲 立座 妹念

36 斑鳩いかるがの 因可よるかの池いけの 宜よろしくも 君きみを言いはねば 思おも

ひそわがする (作者未詳 卷十二—三〇二〇)

【現代語訳】 斑鳩の因可の池のように宜しくも(良いように)、世間はあなたのことをうわさしないので、何かと物思いすることよ。

※斑鳩||現在の奈良県生駒郡斑鳩町の辺り

【漢字本文】 斑鳩之 因可乃池之 宜毛 君乎不言者 念衣吾為流

37 わが情こころ 焼やくもわれなり 愛はしきやし 君きみに恋こふるも

わが心こころから (作者未詳 卷十三—三二七一)

【現代語訳】 私の心を嫉妬の炎で焼くのも私自身。いとしいあなたに恋をするのも、他ならぬ私の心から。

【漢字本文】 我情 焼毛吾有 愛八師 君尔戀毛 我之心柄

38 筑波嶺つくはねに 雪ゆきかも降ふらる 否いなをかも かなしき見ころが

布乾のほさるかも (東歌・常陸国 卷十四—三三五二)

【現代語訳】 筑波山に雪が降っているのかなあ。ちがうかなあ。いとしいあの子が布を干しているのかなあ。

※筑波嶺||現在の茨城県の筑波山

【漢字本文】 筑波祢尔 由伎可母布良留 伊奈乎可母加奈思吉兒

呂我 余努保佐流可母

39 葛飾かつしかの 真間ままの手見奈てこなを まことかも われに寄よすと

ふ 真間ままの手見奈てこなを

(東歌・下総国 卷十四—三三八四)

【現代語訳】 伝説の美女である葛飾の真間の手見奈のことを、本当かなあ、私と特別な関係にあるとみんながうわさしている。あの真間の手見奈のことを。

※葛飾の真間||現在の千葉県市川市真間の辺り

【漢字本文】 可都思加能 麻末能手見奈乎 麻許登可聞 和礼尔

余須等布 麻末乃豆胡奈乎

40 信濃しなのなる 千曲ちくまの川かはの 細石やざれしも 君きみし踏ふみてば 玉たま

と拾ひろはむ (東歌・信濃国 卷十四—三四〇〇)

【現代語訳】 信濃にある千曲川の小石だって、あなたが踏んだ石ならば宝石として拾いましょう。

※信濃なる千曲の川||現在の長野県を流れる千曲川

【漢字本文】 信濃奈流 知具麻能河伯能 左射礼思母 伎弥之布

美弓婆 多麻等比呂波牟

41 下野の三義の山の小櫓のすま妙し児ろは誰

が筒か持たむ(東歌・下野国 卷十四―三四二四)

【現代語訳】 下野の三義山にはえるナラの若木のように美しく  
いあの子は、どんな夫の食器を持つのだろう。

※下野の三義山||現在の栃木県の三義山

【漢字本文】 之母都家野 美可母乃夜麻能 許奈良能須 麻具波

思兒呂波 多賀家可母多牟

42 安太多良の嶺に臥す鹿猪のありつつも吾は到ら

お 寝処な去りそね

(東歌・陸奥国 卷十四―三四二八)

【現代語訳】 安太多良の山をめぐらにする獣が寝る場所を変えないように、  
私はいつまでも変わらないうちにあなたの  
もとを訪れよう。あなたも寝る場所を変えないで  
ほしい。

※安達太良の嶺||現在の福島県の安達太良山

【漢字本文】 安太多良乃 祢尔布須思之能 安里都と毛 安礼波

伊多良牟 祢度奈佐利曾祢

43 君が行く海辺の宿に霧立たば吾が立ち嘆く

息と知りませ (作者未詳 卷十五―三五八〇)

【現代語訳】 あなたが行く海辺の宿に霧が立ちこめたら、それは

私の嘆きの息だと、思ってください。

【漢字本文】 君之由久 海邊乃夜杼尔 奇里多と婆 安我多知奈  
氣久 伊伎等之理麻勢

44 天皇の御代栄えむと東なる陸奥山に黄金花

咲く (大伴家持 卷十八―四〇九七)

【現代語訳】 天皇の御代が繁栄するだろうと、東国の陸奥の山に  
黄金の花が咲くことよ。

※陸奥山||現在の宮城県遠田郡涌谷町一帯の山

【漢字本文】 須賣呂伎能 御代佐可延牟等 阿頭麻奈流 美知乃

久夜麻尔 金花佐久

45 春の苑に紅にほふ桃の花 下照る道に出で立

つ少女 (大伴家持 卷十九―四一三九)

【現代語訳】 春の苑に紅が美しく輝いている。桃の花が照ら  
すように咲く下の道に、立ち現われる少女。

【漢字本文】 春苑 紅尔保布 桃花 下照道尔 出立媿孀

46 朝床あざどこに 聞きけば 遙はるけし 射水川いみづかは 朝あざ漕こぎしつ 歌うた

ふ船人ふなびと (大伴家持おおとものやかもち) 卷十九—四一五〇)

【現代語訳】朝あざの寝床ねどこの中なかで聞きいていると、遠とほくから歌うたが聞きこえてくる。射水川いみづがわで朝あさに船ふねを漕こぎながら歌うたっている

船人ふなびとよ。 ※射水川いみづがわ＝現在の富山県を流れる小矢部川

【漢字本文】朝床あざどこ 聞者きしや遙之はるしの 射水河いみづがわ 朝あさ己おの藝思都追ぎしつと 唱船人うたふねびと

47 大船おほふねに 真楫まかぢしじぬ繁は貫くわんき この吾子あこを 韓からくに国こくにへ遣やる 齋いは

へ神かみたち (光明皇后こうみやうこうごう) 卷十九—四二四〇)

【現代語訳】大おおきな船ふねに左さ右ゆうの舵かじを一面いちめんに通とほして、この子こを唐とうへ派遣はけんする。祝福しゆくふくを与あたえよ。神かみ々々よ。

※韓国＝唐の国(現在の中国)

【漢字本文】大船おほふね 真楫まかぢしじぬ 繁は貫くわん 此吾子乎ここのこ 韓からくに國こくに邊遣へん 伊波い波は倣はら神かみ

多智

48 春はるの野のに 霞かすみたなびき うら悲かなし この夕ゆふかげに

鶯うぐひす鳴なくも (大伴家持おおとものやかもち) 卷十九—四二九〇)

【現代語訳】春はるの野のに霞かすみがたなびいて心こころは悲かなしみに沈しずむ。この夕ゆふ方の光ひかりの中なかにウグイスが鳴なくよ。

【漢字本文】春野はるの 霞かすみ 多奈毗伎たなびぎ 宇良悲うらかな 許能暮影こころの 鶯うぐひす 奈久母なぐも

49 うらうらに 照てれる春日はるひに 雲雀ひばりあがり 情こころ悲かなしも

独ひとりしおもへば (大伴家持おおとものやかもち) 卷十九—四二九二)

【現代語訳】うららかに照てっている春はるの日ひに、ヒバリが空そらに飛とびあがり、心こころは悲かなしいことよ。ひとりで物思ものおもいをす

る。

【漢字本文】宇良うら 宇良うら 照流春日てりうはるひ 比婆理安我里ひばりあがりに 情悲毛こころかなし

比登里志於母倍婆

50 見渡みわたせば 向むかつ峰をの上への 花はなにほひ 照てりて立たてるは

愛あいしき誰たが妻つま (大伴家持おおとものやかもち) 卷二十一—四三九七)

【現代語訳】見渡みわたすと向むかいの丘おかの上うへの花はなが輝かがやき、それに照てり映はえて立たっているのは、愛あいすべき誰たれの妻つまだろうか。

【漢字本文】見和多世婆みわたせは 牟加都乎能倍乃むかたふねはら 波奈余保比はなよほひ 弓里氏ゆりぢ

多豆流波 と之伎多我都麻

※『万葉集』の書き下し・漢字本文は、原則として中西進『万葉集 全訳注原文付』(講談社文庫)に拠った。