

R01 歴史街道ハイカー和讃

平調
約一分三十秒で唱える

(原曲「本尊讃仰和讃」)

山タ六ウヨ

れーきしーかいーどーー ひたーすらーにー
やーるきーそだーてーは ゆめーのなーかー
うごかぬーけーーつーい やまーにみーてー
ていれがーさーーれーず やぶーのかーべー
かいどーーすーーじーに かみーほとーけー
じーんぎーしょぶーつーが せいーぞろーいー

山タ六ウヨ

せすじをーのーーばし はればれーとー
じついなーうーーみは れまのこー
ぎいけんーしーーごき れにみー
ぼーけろーほこーら がかしー
やーールーまじーか に たおで むかーえ

山タ六ウヨ

あーけとくれーてーも まーっしもぐらー
みんーなとおかたーなーを ひをーもらー
こーなんとはーなーち まひたけーまんつー
ビームをとはおきょーうーが きまじーわよっ
はなーたばもーーーって まちーかまえー

山タ六ウヨ

きまぐれーそーらが おとるもだーちー
おーなくじーおつ きで とねむーるー
じゅばんくのーわーきなを ちねきらーん
なんかんーとーなっぱに あんだすーる
みーねやーたに まに ますーる
ゴールーーテー プに むねを きーる

山タ六ウヨ

- 一、歴史街道ひたすらに 背筋を伸ばし晴れ晴れと
明けて暮れても真っしぐら 気紛れ空がお友達
- 二、やるき育ては夢の中 実の歩みは今のここ
皆と同じ陽を貰い 同じお月で夜眠る
- 三、動かぬ決意山に観て 自在な動き川に観る
硬軟刀を奉り 呪縛の縄を断ち切らん
- 四、手入れがされず藪の壁 冒険心が発火して
ビームを放ち危険予知 難関突破安堵する
- 五、街道筋に神仏 社祠が立ち並び
祝詞・御経が交わって 峰や谷間に木魂する
- 六、神祇諸仏が勢揃い ゴール真近かに出迎え
花束持って待ち構え ゴールテープに胸を切る

(注1)楽譜・原曲は福聚(ふくじゅ)教会叡山流詠歌和讃音譜集に掲載
(注2)替え歌の詩(短歌・和讃)は大沼香作 2015(H27)年6月6日(土)

R02 歩き旅の醍醐味－歌謡曲

(原曲「祝い酒」)



う --- きよ あら な --- み ヨ イシヨと こ --- え ---
 か い --- どう ふみし --- め と うげを こ --- え ---
 わ た --- しの すまい --- は や まが た し --- な ---
 み ん --- しゅくりょかん --- で きゅうそくも --- ら ---
 いっ しょ --- う --- いちど --- の は つみの ひ --- と ---



る きょう は --- おま --- え --- の は れ の か ど --- で だ
 る × ひ と が --- こ い --- し --- く × こ え を こ ち - ら か
 い × さ と う --- に し --- き --- と × そ ば と ラ フ - ラ ン
 う × お か み --- しゅじ --- ん --- と × あ の よ こ の - よ ご
 と × い つ も --- は れ --- や --- か × そ ん や と く - は な



よ お や が --- さ か せ - た --- い の ち --- の --- は な が ふ た つ --- な ら ん だ
 ら × う て ば --- ひ び く - の --- た と え - の --- と お り × す ぐ に --- と け あ い
 ス × お く に --- じ ま ん - の --- め い ぶ - つ - な ら べ × お ら が --- め い し ょ を
 と × い つ の --- ま に や - ら --- は な し - が - ひ や く × く に を --- う れ い て
 く × よ け ん --- も た ず - に --- ま っ こ - う - た い じ × し ん に --- し ゃ べ れ る



つ る --- と か め え --- が お --- う れ --- し --- い い
 × え が - お な る い --- っ - き に --- な --- ご --- む あ
 × じ ま - ん す る き ょ う --- ど を --- せ --- お --- う あ
 × あ く - しゅ す る い --- つ も --- ぜ ん - り ょ - く あ
 × と も - と な る む ちゅ --- う と --- む --- が --- の あ



わ --- い ぎ --- け
 る --- き た --- び
 る --- き た --- び
 る --- き た --- び
 る --- き た --- び

二、私の住まいは 山形市内
 佐藤 錦
 サクランボと 蕎麦とラフランス
 お国自慢の 名物並べ
 おらが名所を 自慢する
 郷土を背負う 歩き旅

四、一生一度の 初見の人と
 いつ 何時も晴れやか 損や得は無く
 予見持たずに 真つ向対峙
 真に喋れる 友となる
 無中と無我の 歩き旅

一、街道踏みしめ 峠を越える
 人が恋しく 声をこちらから
 打てば響くの 例えのとおり
 直ぐに溶け合い 笑顔生る
 一気に和む 歩き旅

三、民宿・旅館で 休息貰う
 おかみ 女将・主人と あの世この世事
 いつの間にか やら 話が飛躍
 邦を憂いて 握手する
 いつも全力 歩き旅

(注1) 音符直下の歌詞は、「御柱 (歌唱-天童よしみ/作詞; たかたかし/作曲; 猪俣公章)」の1番目の歌詞

(注2) 替え歌の詩は大沼香作 2015 (H27) 年6月6日 (土)

R03 神仏グレート・サムシング(偉大なる何か！)ー和讃

平調

約一分二十秒デ唱エル

六・ヨ オサエ気味

(原曲「観音和讃」)

山タ六ウヨ

に -- ほ - ん こ ら - い - の て - ん じ -- ん - ち ぎ -- と

に ち - げ - つ せ -- い - が しゅ - う き -- を - き ざ -- み

や -- ま - と ご こ - ろ - は し - ん ぶ -- つ - い ち -- い

ま ん - だ - ら も -- よ - う じ - ぶ ん -- の - な か -- に

し -- ぜ - ん と -- た - と む - じょ う -- の - こ の -- よ

鉦 鈴

山タ六ウヨ

そ と - か -- ら - き - た - る - じ っ ぽ -- う - しょ - ぶ つ --

し -- ん -- ら - ば ん しょ - う - う ご め -- く - だ い ち --

み -- ぎ -- を - む い て - は - の り と -- を - さ さ げ --

か -- み -- と - ほ と け - は - み ら い -- を - こ の む --

さ -- ん -- ぜ - つ ら ぬ - き - せ い し -- で - つ な ぐ --

鉦 鈴

山タ六ウヨ

か -- げ - の - ご と -- し - と す - い は -- の - ご と -- く

し ん - ぶ - つ - お -- が - む じ - ん る -- い - の ち -- え

ひ -- だ - り - む い -- て - は し - ん ぎょ -- -- と な -- え

げ ん - こ -- - と -- も - に け - ん せ -- つ - て き -- に

な に - か - が - お -- わ - す ふ - し ぎ -- な - も の -- が

鉦 鈴

(注1)楽譜・原曲は福聚(ふくじゅ)教会叡山流詠歌和讃音譜集に掲載

(注2)替え歌の詩(短歌・和讃)は大沼香作 2015(H27)年6月6日(土)

(短歌)

格別の偉さ尊さ分らぬが ただ手を合わせ頭が垂れる
 吾が道の芯に打ち込む神(心)柱 仏が土台不壊の金剛
 神仏の有りや否やを疑うは それはすなわち天に唾する
 誕生時原野に建てた小社稷 建替え興し黄金伽藍

山タ六ウヨ

う よ - きょ - く - せ -- つ - を - の り こ -- え - て --

み え - な -- い - い -- と - で - む す ば -- れ - て --

ゆ う - づ -- う - む -- げ - の - ま き わ め -- つ - け --

う -- ご -- く - こ こ ろ - を - ま え む -- き - に --

じ ん - ち -- を - こ -- え - た - か み ほ -- と - け --

鉦 鈴

結句
山タ六ウヨ

わ ご う - を - ふ -- か - め - と な り ぐ み -- --

さ ん - み - い っ た - い - と な り ち じ ん -- --

ひ と - の - こ こ ろ - は - と な り ち じ ん -- --

だ い - ち - さ く ま - が - て せ せ せ せ せ -- --

わ い - け - も - な た - だ - せ せ せ せ せ せ -- --

鉦 鈴

一、 日本古来の 天神地祇と
 外から来る 十方諸仏
 陰の如しと 水波の如く
 紆余曲折を 乗り越えて
 和合を深め 隣組み

二、 日月星が 周期を刻み
 森羅万象 蠢く大地
 神仏拝む 人類の知恵
 見えない糸で 結ばれて
 三位一体 天地人

三、 大和心は 神仏一意
 右を向いては 祝詞を捧げ
 左向いては 心経唱え
 融通無碍の 極め付け
 人の心は 聖地為る

四、 曼荼羅模様 自分の中に
 神と仏は 未来を好む
 言行共に 建設的に
 動く心を 前向きに
 大日如来様が 背中押す

五、 自然淘汰と 無常のこの世
 三世貫き 生死で繋ぐ
 何かが坐す 不思議なものが
 人智を超えた 神仏
 訳もなくただ 手を合わせる

R04 歴史街道華やか気分—歌謡曲

(原曲「長持祝い歌」)



きょう は — めでた — い
れ き し — しみい — る
じ ん じゃ — だいす き よ
じ ぜ ん — けいか く は

きん — びょ — う — — ぶ え — — ん が — — むす — — ん — だ
ふる — み — ち — — を さ ん — や を — — か — — — け — て
とり — い — さ — — ま お て — ら も — — す — — — き — よ
めん — み — つ — — に い — — — ざ — — ほん — — ば ん は

みなさ ま が — た — — に — — ところ — — こめ — — ての
あるきの た — び — — じ — — あおい — — まそ — — らも
におう に え — しゃ — — く — — じぞう — — のぶ — — つや
ありか め ちょ — う — — で — — すきな — — とこ — — ろに

このはれ すが た み て て — くださ い さいごまで おや が みとめ — た
にわか の あめ と かぜ を — さそつて しらぬふり てん の めぐみ — と
こうしんさま の せき ひ — せきとう たちならぶ じんぎ しょぶつ — と
サーチの まな こ じゆ う — きままに かつぼする おれ に にあい — の

このひと — と — のう て ゆきま — す な が も — ちぶ ね — —
たわむれ — て — し ぜ ん と — デ — ト かろ や — かき ぶ — —
しゅうぎな — リ — か た を くみゆ — き なん か — んと つ — —
やりかた — で — れき し かいど — う まん き — つき ぶ — —

で
ん
ば
ん

(注1) 音符直下の歌詞は、「長持ち祝歌 (歌唱一千昌夫/作詞・作曲; 横内淳)」の1番目の歌詞

(注2) 替え歌の詩は大沼香作 2015(H27) 年6月6日 (土)

一、
歴史染み入る古道を
山野を駆けて歩きの旅路
青い真空も俄かの雨と
風を誘って知らぬふり
天の恵みと戯れて
自然とデート軽やか気分

二、
神社大好きよ鳥居様
お寺も好きよ仁王に会釈
地藏野仏や庚申様の
石碑石塔立ち並ぶ
神祇諸仏と衆議成り
肩を組み行き難関突破

三、
事前計画は綿密に
いざ本番は蟻・亀・蝶で
好きな処にサーチの眼
自由気ままに闊歩する
俺に似合いのやり方で
歴史街道満喫気分

R05 身の丈街道貫歩一歌謡曲

(原曲「昂」)

めを とじて - なにもみえず かなしくて - めをあければ
 たび すがた - ザックセおい すずをさげ - むねをは - り
 たび あるき - しこくへんろ あこがれで - がむしゃら - に

こ う や に む か う み ち - より - ほ か に - み え る も - の は - な
 し ゆ げ ん じ ゃ き ぶ ん を も - ど き - こ ど う - な な せん - を か - ん
 ひ ゅ く は ち れ い じ ょ う み - な を - に そ く - だ け で ま - わ り - き

し あ あ く だ け ち る さ だ め の - ほ し た ち よ
 ぼ あ あ み ち て く る わ が み の - エ ネ ル ギ ー
 る あ あ み わ く の ち い る ん な - ひ と た ち を

(※1) あ あ そ の ひ ま で み の た け - も の が た り

せ め て ひ そ や か に - こ の み を - て ら せ
 こ れ は ふ し ぎ だ な - ど こ か ら - く る の
 す べ て う け い れ る - し ゅ み せん - ワ ー ル
 あ - あ ゆ く ひ ま で - す べ て を - だ し き

よ わ れ は ゆ く あ お じ ろ き - ほ ほ - の ま - ま で
 か わ き あ が る こ ん し ん の - あ ら - み た - ま が
 ド か ぜ み ず も そ う も く も - さ さ - や い - て る

る わ が み ち に に ち げ つ と - ほ し - を と - も に

わ れ は ゆ く さ ら ば す ば る よ
 い く さ き で れ ん げ に か わ る
 な に も か も う ち ゅ う に と け る

わ が た び を れ き し に つ む ぐ
 (※2) ぼ く な り の お れ の い き ざ ま

(注1) 音符直下の歌詞は、「昂一(歌唱-谷村新司/作詞・作曲:谷村新司)」の一番目の歌詞

(注2) 替え歌の詩は大沼香作2015(H27)年6月6日(土)

一、旅姿ザック背負い

鈴を下げ胸を張り

修験者気分を擬き 古道七千キロを貫歩

(ああ) 満ちて来るわが身のエネルギー

これは不思議だな、どこから来るのか

湧き上がる渾身の荒魂が

行く先で蓮華に変わる

二、旅歩き四国へんろ

あこがれでがむしゃらに

108霊場皆を 二足だけで回り切る

(ああ) 魅惑の地色んな人達を

全て受け入れる、須弥山ワールド

風・水も草木も囁いてる

何もかも宇宙に溶ける

(※1) (ああ) その日まで身の丈物語り

(ああ) 逝く日まで全てを出し切る

吾が道に日月と星を友に

吾が人生を歴史に紡ぐ

(※2) 僕なりの俺の生き様

R06 「一つ」に誘うスルーハイク紀行

原曲は「大河の流れ」の替え歌

一、還暦、節目に血肉が燃えて
歩きの旅に目が覚めた
歴史の道とへんろの旅路
これが俺の始まりさ
そう 小粋な蟻・亀・蝶が夢を編む

二、^{すた}廃れた道とはだかる壁に
背を向け^{しりぞ}退き弱音を吐けば
私を試す天の声が
牙を剥いて降りて来る
そう 気合と勇気が奮い立つ

三、^{はつみ}初見のお方と新たな世界
^{いちご}一期の^{いちえ}一会がこだまする
自然も仲間さ山・河・鳥も
みんなキララ輝くよ
そう 大きく抱きしめ一つにな～る

た い が の な が れ も み な も と た ど り ゃ
か ん れ き ふ し め に ち に く が も え て
す た れ た み ち と は だ か る か べ に
は つ み の お か た と あ ら た な せ か い

て ん か ら し た た る ひ と し ず く
あ る き の た び に め が さ め た
せ を む け し り ぞ き よ わ ね を は け ば
い ち ご の い ち え が こ だ ま す る

た つ せ し ず む せ は や せ を こ え て
れ き し の み ち と へ ん ろ の た び じ
わ た し を た め す て ん の こ え が
し ぜ ん も な か ま さ や ま か わ と り も

そ れ も こ れ も × じ ん せ い あ あ ひ と を み が い て
こ れ が お れ の は じ ま り さ そ う こ い き な あ り か め ち ェ う が
き ば を む い て お り て く る そ う き あ い と ゆ う き が
み ん な キ ラ ラ か が や く よ そ う お お き く だ き し め

た び を ゆ く
ゆ め を あ む
ふ る い た つ
ひ と つ に な る

(注1)楽譜直下の歌詞は、原曲（歌唱：川中美幸／作詞：吉岡治／作曲：弦哲也）の1番の歌詞

(注2)替え歌の詩(短歌・和讃)は大沼香作 2019(R元)年11月30日(土)

R07(山紫水明) 静の山

み ず を は ぐ く み
 や ま の め ぐ み の
 た ま い じゅ を そ だ て
 さ ん し す い め い

p

か — わ を う む —
 た — か ら や ど —
 も — り を う む —
 に — ほ ん の び —

一、山は動じず泰然と

天空目指し盛り上がる

月が手助け雲ができ

水を育み川を生む

二、動物達が跳ね回り

鳥もさえず轉り飛び回る

春は山菜秋きのこ

山の恵みの宝宿 たからやど

三、光合成の神様が

CO₂を食べて酸素吐く

草木くさきが育つオアシスは

大樹を育て森を生む

四、木々の装よそいは葉を織つて

春夏に盛え躍如足る

秋に色付き冬枯れる

山紫水明日本の美

(※1) 原曲は「美しき天然」(作詞；武島羽衣／作曲；田中穂積)

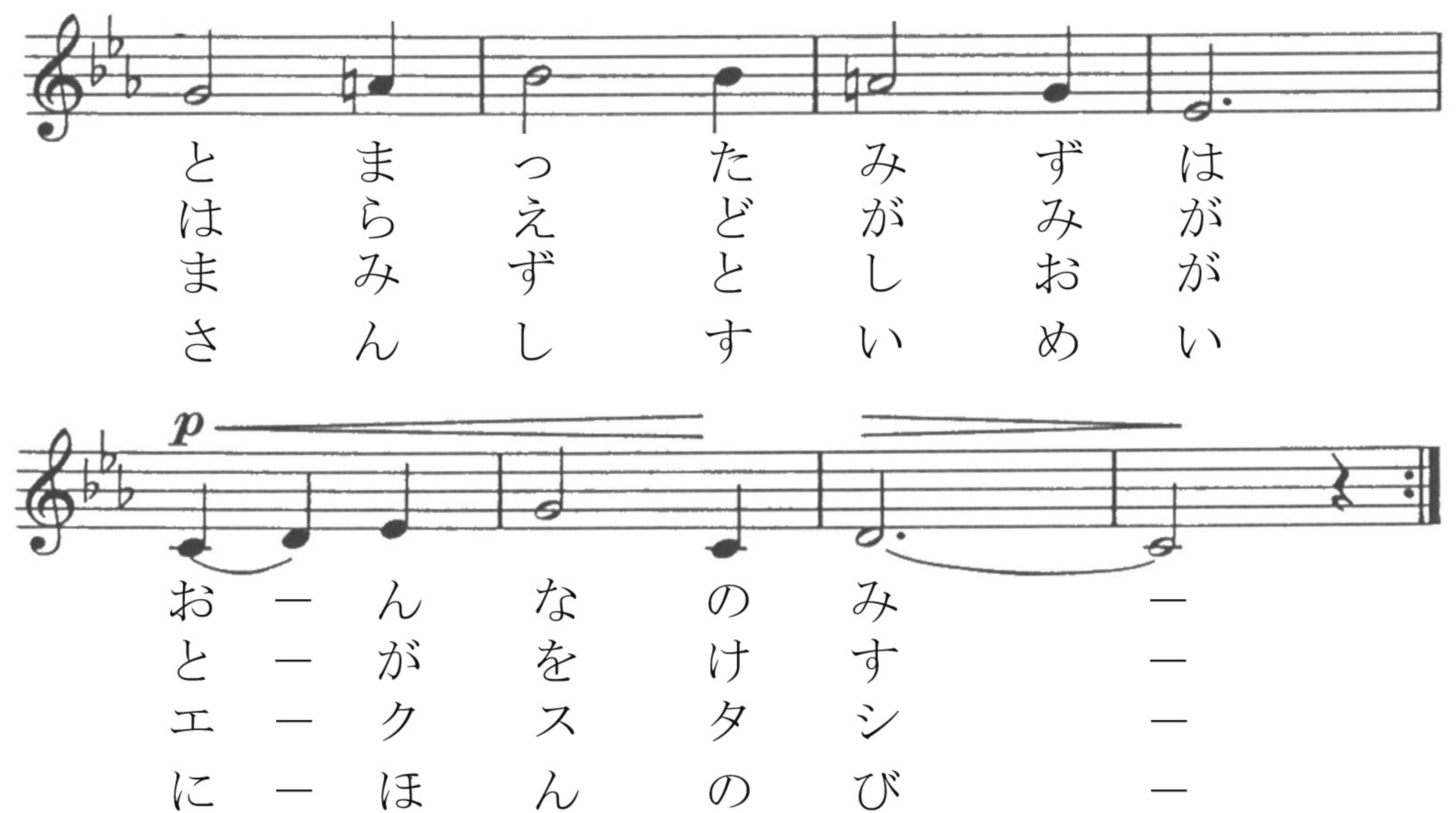
(※2) 替え歌の詩は大沼香作2018(H30)年5月〇日 ()

(原曲は「美しき天然」の替え歌)

R08(山紫水明) 動の川



あめ のー い つ て き
あ ら ゆー る も の の し
じゃ ま ゆー の か わ の
じ ゆー じ ざ い の
お が わ う み な か
こ ん だ り く を あ わ
く だ り た び で あ
か わ な が れ ー じ ぶ
ま を あ つ め た い が な
せ く あ っ て め の く だ い
い ん で き め た の い ち を い
る す ー み ず が う ご け
け く ー か ー わ な ど み あ
く ー ー し ー か と ま る
ば ー ー ー ー ー ー
て ー ー ー ー ー ー
い ー ー ー ー ー ー
と ー ー ー ー ー ー
み ー ー ー ー ー ー
て ー ー ー ー ー ー
グ ー ー ー ー ー ー
ず ー ー ー ー ー ー



と ま つ た み ず は
は ま ら え ど が し む お が
さ み ん し す い め い
お ー ん な の み ー
と ー が を の す ー
エ ー ク ス タ シ タ シ ー
に ー ほ ん び ー

一、雨の一滴小川生み
中間を集め大河成る
水が動けば男の身
止まった水は女の身
あらゆる物の混濁を
二、合せ砕いて呑み下す
川は流れて海に出て
祓え戸神が咎を消す
三、邪魔もの交わし下り旅
出会いを求め命懸け
河口で見合いペアリング
真水と潮がエクスタシ
自由自在の川流れ
四、自分で決めた道を行く
四角と丸と争わず
山紫水明日本の美

(※1) 原曲は「美しき天然」(作詞; 武島羽衣/作曲; 田中穂積)

(※2) 替え歌の詩は大沼香作2018(H30)年5月〇日()