

オプション教材ケヤキ 暗唱長文集



●暗唱の手順 1 日分

・ 1 日目は、まず、**1**の文章を30回音読します。最初の数回はゆっくり正確に「てにをは」などを間違えないように読みます。

正確に読めるようになったら、ある程度早口で棒読みで、句読点などであまり息継ぎをせずに読んでいきます。

イスにきちんと座って読むと読みにくい場合は、歩き回りながら読んでもかまいません。

お母さんやお父さんは、読み方の注意などは一切せずにただ優しく褒めるだけにしてください。

15回ぐらいでもう空で言えるようになることが多いと思いますが、できるだけ30回続けて読んでください。

なぜ回数を決めて繰り返すかという、と、「覚えられたらよい」という目標でやっていると、暗唱の教材が難しくなったときに、「難しいからできなくなった」ということになりがちだからです。「決まった回数を繰り返す」という目標でやっていると、難しい教材になっても同じように暗唱ができます。

30回音読しても暗唱できない場合は、もう10回音読してください。

これでその**1**の文章が暗唱できるようになります。

それでもできない場合は、暗唱の自習はいったん終了してかまいません。また機会を見てやっていきましょう。

●暗唱が難しいときは

暗唱のような短い時間の学習は、夕方にやろうとすると忘れてしまうことがあります。また、毎日同じようにやらないとできるようになりません。できるだけ、朝ご飯の前などに、家族のいる中でやるようにしましょう。

そして、暗唱を毎日やるのが難しい場合は、暗唱の自習はせずに、読書の方に力を入れていってください。

●暗唱の手順 1 週間分

- ・ 1 日目に、**1**の文章を暗唱できるようにします。
- ・ 2 日目は、**2**の文章だけを同じように30回音読し、暗唱できるようにしておきます。
- ・ 3 日目は、**3**の文章だけを同じように30回音読し、暗唱できるようにしておきます。
- ・ 4 日めは、**1**、**2**、**3**の全部通して、10回音読します。すぐに暗唱できなくてもかまいません。
- ・ 5 日めも同じように、**1**、**2**、**3**の全部通して、10回音読します。
- ・ 6 日めも同じように、**1**、**2**、**3**の全部通して、10回音読します。
- ・ 7 日めも同じように、**1**、**2**、**3**の全部通して、10回音読します。すると、**1**から**3**の全部の文章が暗唱できるようになります。

●暗唱の手順 1 か月分

- ・ 1 週目に、**1**から**3**の文章を暗唱できるようにします。
- ・ 2 週目は、もう**1**から**3**はやらずに、今度は**4**から**6**の文章を暗唱します。
- ・ 3 週目は、同じように、**7**から**9**の文章を暗唱します。
- ・ 4 週目は、**1**から**9**の文章を全部通して、毎日4回ずつ音読します。
- ・ すると、1 か月で**1**から**9**の文章が暗唱できるようになります。

●暗唱の活用

・ 暗唱のコツをつかむと、自分の好きな本の1部を暗唱したり、英語の教科書を暗唱したりできるようになります。また、覚えるつもりがなくても、物事が頭に入りやすくなります。

●より詳しい説明は

より詳しい暗唱の仕方は、「暗唱の手引」(<http://www.mori7.net/mori/mori/annsvou.html>)をごらんください。

■暗唱長文は、二つの中からどちらかを選択してください。

1 今日、ぼくは、ムサシの家に遊びに行きました。ぼくとムサシは
大の仲良しで、学校でもよく遊んでいます。ムサシの家で、ポケモン
のゲームの攻略本を読みました。難しくてよくわからないところも

あったけれど、ムサシが説明してくれました。

2 「なんだ、こんなふうにやればいいのか。」

ぼくは大発見をしたかのように、興奮してきました。すぐにでも家に
帰ってDSをやりたいなくなってきました。

「おれ、今日は帰るね。バイバイ。」

と、ムサシにさよならして家に走りました。3 まるで獲物を狙う動物
のように全速力で走りました。家に帰ると早速、

「ねえ、お母さん、ゲームやつてもいい？」

と、お母さんをそつと見ながら言いました。お母さんは少し考えてか
ら、

「うーん、じゃあ、三十分だけね。」

と言いました。

4 「やった。ありがとう。絶対三十分で止めるね。」

と言いながら時計を確認して、DSの電源を入れました。ピコーンピ
コーンピコーンといい音がしました。わくわくします。ぼくは、さつ

き覚えてきたやり方を片っ端から試してみました。

5 「ええっ、なんだ、これでいいのか。」

「これなら簡単。」

など、ぼくは大騒ぎです。ひとりでゲームをしているのに、まるで
友達といっしょにやっているようにしやべりました。今までクリアで

きなかったことが、簡単にできてしまいます。楽しくてたまりませ

ん。6 ぼくはもう夢中です。時計を見ることさえ忘れていました。

ふと気がついて時計を見ると、残り時間はあと五分です。もつと

続けていたけれど、約束は守らなくてははいけません。約束の時間

を守れなくて一週間ゲーム禁止になったことが何度かあるからです。

7 ゲーム禁止なんて二度とごめんです。ぼくは、ちょうど一分前に
電源を切りました。ギリギリセーフでした。

「お母さん、いまやめたよ。ちゃんと三十分でやめたよ。」

ぼくは得意そうに言いました。8 お母さんは、

「約束が守れて偉かったね。今日は盛り上がったね。」

とにつこりしました。

「うん。今日はすごく進んだ。ムサシにやり方を教えてもらったから
ね。」

と、ぼくが今日のことを説明しました。9 お母さんは、

「今日みたいに約束が守れると、お母さんも気持ちよくゲームをやつ

ていいって言えるよ。次も守ろうね。」

と言いました。ぼくも、ほんとうにそのとおりだと思いました。0

（言葉の森長文作成委員会 ㊞）

33 32 31 30 29 28 27 26 25 24 23 22 21 20 19 18 17 16 15 14 13 12 11 10 09 08 07 06 05 04 03 02 01

66 65 64 63 62 61 60 59 58 57 56 55 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40 39 38 37 36 35 34

「雨ニモマケズ」 宮澤賢治

1 雨ニモマケズ

風ニモマケズ
雪ニモ夏ノ暑サニモマケヌ
丈夫ナカラダヲモチ
慾ハナク
決シテ瞋ラズ
イツモシヅカニワラッテヱル
一日ニ玄米四合ト
味噌ト少シノ野菜ヲタベ
アラユルコトヲ
ジブンヲカンジョウニ入レズニ
ヨクミキキシワカリ
ソシテワスレズ

2 野原ノ松ノ林ノ蔭ノ

小サナ萱ブキノ小屋ニヅテ
東ニ病氣ノコドモアレバ
行ッテ看病シテヤリ
西ニツカレタ母アレバ
行ッテソノ稲ノ束ヲ負ヒ
南ニ死ニサウナ人アレバ
行ッテコハガラナクテモイハトイヒ
北ニケンクワヤソシヨウガアレバ
ツマラナイカラヤメロトイヒ

3 ヒトリ（日照り）ノトキハナミダヲナガシ

サムサノナツハオロオロアルキ
ミンナニデクノボートヨバレ
ホメラレモセズ
クニモサレズ

99 98 97 96 95 94 93 92 91 90 89 88 87 86 85 84 83 82 81 80 79 78 77 76 75 74 73 72 71 70 69 68 67

サウイフモノニ
ワタシハナリタイ

「旅上」 萩原朔太郎

4 ふらんすへ行きたしと思へども

ふらんすはあまりに遠し
せめては新しき背廣をきて
きまなる旅にいでてみん。

5 汽車が山道をゆくとき

みづいろの窓によりかかりて
われひとりうれしきことをおもはむ
五月の朝のしのめ
うら若草のもえいづる心まかせに。

「飛行機」 石川啄木

6 見よ、今日も、かの蒼空に

飛行機の高く飛べるを。

給仕づとめの少年が
たまに非番の日曜日、
肺病やみの母親とたつた二人の家にゐて、
ひとりせつせとりイダアの獨學をする眼の疲れ……

見よ、今日も、かの蒼空に
飛行機の高く飛べるを。

「小諸なる古城のほとり」 島崎藤村

7 小諸なる古城のほとり 雲白く遊子悲しむ
緑なすはこべは萌えず 若草も藉くによしなし
しろがねの衾の岡辺 日に溶けて淡雪流る

8 あたゝかき光はあれど 野に満つる香も知らず
浅くのみ春は霞みて 麦の色わづかに青し
旅人の群はいくつか 畠中の道を急ぎぬ

9 暮行けば浅間も見えず 歌哀し佐久の草笛
千曲川いざよふ波の 岸近き宿にのぼりつ
濁り酒濁れる飲みて 草枕しばし慰む

165 164 163 162 161 160 159 158 157 156 155 154 153 152 151 150 149 148 147 146 145 144 143 142 141 140 139 138 137 136 135 1



■暗唱長文は、二つの中からどちらかを選択してください。

1 ぼくは、毎日六時からアニメックスでドラゴンボールを見ています。おもしろくてやめられません。その日も、ぼくはお兄ちゃん、いつもどおりドラゴンボールを見ていました。悟空とピッコロ大魔王が対戦しています。手に汗握る戦いです。ぼくたちは夢中でした。

2 そこへ、何かがこげたような匂いが漂ってきました。ぼくは、今日の晩御飯はきつと魚だなと思いました。でも、魚にしては臭過ぎるような気がします。

「なんか変な匂いがあるぞ。」

と言いながらふと台所を見ると、ガスコンロからぼわつと火が出てい
るではありませんか。3 ぼくたちは、

「お母さあん。お母さあん。大変、火事だよ。」

と、大声で二階にいるお母さん呼びました。お母さんは、

「やだあ、魚焼いてるの忘れてた！」

と叫びながらドンドンドンと階段を転がるように降りてきました。4
ガスコンロから燃え上がる火を見て動かなくなったお母さんは、急
に、

「新聞。いらない新聞持つてきて。たくさん。早く！」

と、ぼくたちに言います。ぼくとお兄ちゃんはぶつかりあいながら
新聞を取りに走りました。5 お母さんは、
「ありがと。」

と言うと、勢いよく水を出し新聞をぬらしました。

メラメラと火が燃えているのは、グリルという魚を焼くところと奥
にあるたくさん穴の並んだところです。お母さんはまず、奥の穴の上
に濡れた新聞紙を並べました。6 次に、グリルを引き出すと、火が大
きく噴き出してきました。ぼくたちはびっくりして声も出ません。
お母さんはグリルの上に濡れた新聞紙を乗せると、すぐにグリルを
閉めました。少し火が小さくなったような気がします。

33 32 31 30 29 28 27 26 25 24 23 22 21 20 19 18 17 16 15 14 13 12 11 10 09 08 07 06 05 04 03 02 01

7 お母さんはまた、グリルを出して濡れた新聞紙を乗せました。ぼく
たちはお母さんの後ろでじっと見ています。それを何度か繰り返すと
だんだん火が消えてきました。ぼくはほつとして、

「よかった。火事になるかと思ったよ。」

と言いました。

8 「危なかったね。」

と言うお兄ちゃんの顔は、まるでおばけ屋敷から出てきたときの方
でした。ぼくは、お兄ちゃんも怖かったんだなと思いました。

お母さんは、

「やったやった。危なかったけどなんとかなるもんだね。こういうの
を火事場の馬鹿力って言うんだね。」

と得意そうです。9 怖かったけど、スリル満点でした。騒ぎが終わつ
たときにはドラゴンボールも終わっていました。ぼくたちが、

「あーあ、ドラゴンボール見逃しちゃったよ。」

と言うと、お母さんは、

「まあ、いいじゃん。火事にならなかったんだから。」

と笑いました。0

(言葉の森長文作成委員会 ©)

66 65 64 63 62 61 60 59 58 57 56 55 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40 39 38 37 36 35 34

「千曲川旅情の歌」 島崎藤村

1 昨日またかくてありけり 今日もまたかくてありなむ
この命なをを醒醒 明日をのみ思ひわづらふ

2 いくたびか栄枯の夢の 消え残る谷に下りて
河波のいざよふ見れば 砂まじり水巻き帰る

嗚呼古城なにか語り 岸の波なにか答ふ
過ぎ世を静かに思へ 百年もきのふのごとし

3 千曲川柳霞みて 春浅く水流れたり
たゞひとり岩をめぐりて この岸に愁を繋ぐ

中原中也

4 吹く風を心の友と
口笛に心まぎらわし

私がげんげ田を歩いていた十五の春は
煙のように、野羊のように、パルプのように、

とんで行つて、もう今頃は、

どこか遠い別の世界で花咲いているであろうか

5 耳を澄ますと

げんげの色のようににはじらいながら遠くに聞こえる

あれは、十五の春の遠い音信なのだろうか

滲むように、日が暮れても空のどこかに

あの日の昼のまに

あの時が、あの時の物音が経過しつつあるように思われる

99 98 97 96 95 94 93 92 91 90 89 88 87 86 85 84 83 82 81 80 79 78 77 76 75 74 73 72 71 70 69 68 67

6 それが何処か？——とにかく僕に其処へゆけたらなあ……
心一杯に懺悔して、

怒されたという氣持の中に、再び生きて、
僕は努力家になろうと思うんだ——

「汲む——Y・Yに——」 茨木のり子

7 大人になるというのは
すれつからしになるということだと

思い込んでいた少女の頃
立居振舞の美しい

発音の正確な
素敵な女の人と会いました

そのひとは私の背のびを見すかしたように
なにげない話に言いました

8 初々しさが大切な
人に対して世の中に対しても

人を人とも思わなくなつたとき
墮落が始まるのね 墮ちてゆくのを

隠そうとしても 隠せなくなった人を何人も見ました

私はどきんとし

そして深く悟りました

9 大人になってもどぎまぎしたっていいんだな
ぎこちない挨拶 醜く赤くなる
失語症 なめらかでないしぐさ
子どもの悪態にさえ傷ついてしまう
頼りない生牡蠣のような感受性
それらを鍛える必要は少しもなかったのだな
年老いても咲きたての薔薇 柔らかく
外にむかつてひらかれるのこそ難しい
あらゆる仕事
すべてのいい仕事の核には
震える弱いアンテナが隠されている きつと……0
わたくしもかつてのあの人と同じぐらいの年になりました
たちかえり
今もときどきその意味を
ひっそり汲むことがあるのです

165 164 163 162 161 160 159 158 157 156 155 154 153 152 151 150 149 148 147 146 145 144 143 142 141 140 139 138 137 136 135 1



■暗唱長文は、二つの中からどちらかを選択してください。

1「あ、宿題忘れてた。」

学校に着いて、教室に入ったぼくは、宿題を忘れたことに気がつき
ました。昨日は三丁目公園に遊びに行つて遅くまで鬼ごつこをしまし
た。三月になってからずいぶん日が延びたので六時まで遊んでいいこ
とになりました。2家に帰つたらやろうと思つていたのに、すっかり
忘れてしまったのです。

先生が来る前に終わらせてしまおうと大急ぎでランドセルから宿題
のプリントを出しました。ぼくがプリントをやろうとすると

「中田君。もしかしたら、それ、宿題？」

と、ダイちゃん、小林先生の真似をしてやってきました。3小林先
生というのは、ぼくたちの担任の先生です。まるで面白い芸人みたい
な面白い先生です。

ダイちゃんが先生の真似をしたので、周りにいたみんながげらげら
笑いました。ぼくたちは調子に乗つて次々と先生の真似をしました。

4突然、ゆきちゃんが、

「三年生になったら、どの先生が担任になるのかな。」

と言いました。ぼくは、いすから滑り落ちそうになりました。

「小林先生じゃないの？」

と、思わず叫んでしまいました。5みんなは、ちよつとあきれた顔
で、

「知らないの？ 三年になったら先生変わるつて、お母さんが言つて
たよ。」

と、口々に言いました。ぼくは全然知りませんでした。考えたことも
ありませんでした。ずつと先生と一緒にのような気持ちでしたのです。

6先生の机の後ろに貼つてあるポケモンカレンダーを見ました。
春休みまであと何日あるのか知りたくて、ぼくは数え始めました。

33 32 31 30 29 28 27 26 25 24 23 22 21 20 19 18 17 16 15 14 13 12 11 10 09 08 07 06 05 04 03 02 01

「一、二、三、四、五、六、七、八、九、十。あと十回！」

あと十回学校に来たら小林先生とお別れなのだと思うと、急に寂しく
なってきました。7どうして大事なことを言ってくれないのかと
お母さんに文句を言いたくなってきました。今日の夜、絶対に言つて
やるぞと思いました。

ぼくがテレビを見てみると、買い物袋をぶら下げたお母さんが仕事
から帰ってきました。

8「もう春だね。まだ明るいもんね。春になると、なんだかうきうき
しちゃうね。」

なんて嬉しそうに言います。ぼくはお母さんの顔を見ないで、
「三年になったら小林先生じゃなくなるんだつて。」

と不機嫌そうに言いました。9お母さんは買い物袋を置いてぼくの
横に座りました。

「そうだね。お母さんも小林先生のファンだったから寂しいよ。ずつ
と小林先生だったらいいのにね。でも、そんないじけた顔をしている
と、小林先生も元気がなくなっちゃうよ。」

と言つて、ぼくの背中をぽんとたたきました。0小林先生は楽しいこ
とが大好きです。寂しいけれど、最後まで元気な顔でいようとぼくは
思いました。

(言葉の森長文作成委員会 ㊞)

66 65 64 63 62 61 60 59 58 57 56 55 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40 39 38 37 36 35 34

「夏と私」 中原中也

1 真っ白い嘆かいのうちに、
海を見たり。 鷗を見たり。

高きより、風のただ中に、
思い出の破片の翻転するを見たり。

2 夏としなれば、高山に、
真っ白い嘆きを見たり。

燃ゆる山路を、登りゆきて
頂上の風に吹かれたり。

風に吹かれつ、わが来し方に、
茫然としぬ、涙しぬ。

3 はてしなき、そが心
母にも、……もとより友にも明さざりき。

しかしがにのぞみのみにて、
拱きて、そがのぞみに圧倒さるる、

わが身を見たり、夏としなれば、
そのようなわが身をみたり。

のちのおもひに 立原道造

4 夢はいつもかへつて行つた 山の麓のさびしい村に
水引草に風が立ち
草ひばりのうたひやまない
しづまりかへつた午さがりの林道を

5 うららかに青い空には陽がてり 火山は眠つてゐた
——そして私は
見て来たものを 島々を 波を 岬を 日光月光を
だれもきいてゐないと知りながら 語りつづけた……

6 夢は そのさきには もうゆかない
なにもかも 忘れ果てようとおもひ
忘れつくしたとさへ 忘れてしまつたときには

夢は 真冬の追憶のうちに凍るであらう
そして それは戸をあけて 寂寥のなかに
星くづにてらされた道を過ぎ去るであらう

99 98 97 96 95 94 93 92 91 90 89 88 87 86 85 84 83 82 81 80 79 78 77 76 75 74 73 72 71 70 69 68 67

132 131 130 129 128 127 126 125 124 123 122 121 120 119 118 117 116 115 114 113 112 111 110 109 108 107 106 105 104 103 102 1

「卒業証書」
谷川俊太郎

7 ひろげたままじや持ちにくいから
きみはそれをまるめてしまう
まるめただけじゃつまらないから
きみはそれをのぞいてみる

小さな丸い穴のむこう

8 笑っているいじめっ子

知らんかおの女の子

光っている先生のはげ頭

まわっている春の太陽

そしてそれらのもっとむこう

星雲のようにこんどんとして

しかもまぶしいもの

9 教科書にはけつしてのつていず

蛍の光で照らしても

窓の雪ですかしてみても

正体をあらわさない

そのくせきみをどこまでも

いざなうもの

卒業証書の望遠鏡でのぞく

きみの未来

165 164 163 162 161 160 159 158 157 156 155 154 153 152 151 150 149 148 147 146 145 144 143 142 141 140 139 138 137 136 135 1



