

			自	分	の	字	を	知	ろ	う
			ひ	ら	が	な	の	外	形	
			ひ	ら	が	な	の			
			字	源	と	筆	順			

# 1章 ひらがなの練習を始める前に

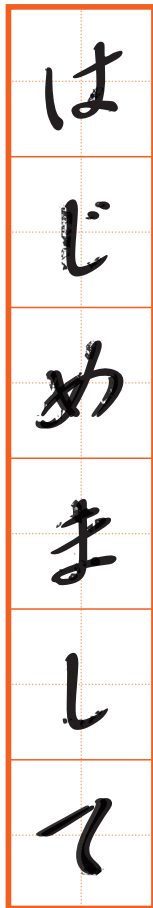
ペン字の練習を「ひらがな」から始めましょう。日本語には、漢字・カタカナ・ひらがなという三種類の文字があり、場合によってローマ字も組み合わせて書かれます。でも実は、平均的な文章は70パーセント近くがひらがなで書かれています。いちばん多く使うひらがなをきれいに書くことができれば、手書きの文書や手紙は見違えるような出来映えになります。

# 自分の字を知ろう

## 自分の字のクセを知ることからスタート

手書きの機会が多かった昔は、文字を見るだけで「これはあの人の文だ」とけっこうわかったものです。文字のクセは個性の一部ですから、絶対に直さなければならぬものではありません。それでも、個性が強すぎる文字だと、受け取った人が読みにくくて困りますし、本人も書くたびにコンプレックスを感じてしまいます。まず、自分が書いているひらがなを、客観的に見てみましょう。クセをしっかりと知ること、きれいな文字に近づけていきやすくなります。

### 【さまざまなクセ字の例】



クセ字の例③

- ・角度が右上がり
- ・筆圧が強い



クセ字の例②

- ・角度が右下がり
- ・文字の大きさがまちまち



クセ字の例①

- ・中心が不揃い
- ・ふにやふにやしている

## 自分の書いたひらがなを手本と見比べよう

ペン字を上達させるポイントとして、「目習い」をしっかり身につけていきましょう。基本は、お手本となる文字をよく目で見、どんなふうにかかれているかをしっかりとらえることです。自分の書いた文字を手本と見比べると、自分のクセも、手本の「どこが優れているか」もよくわかります。まず、ひらがなを書いてみましょう。そして、手本と見比べてください。どこが違うかわかったら、手本の優れている部分に近づけるよう、書く練習を繰り返してみましょう。

### 【自分の字と手本の字を見比べるポイント】

	<b>手本</b>		<b>あなたの字</b>	<b>・ 始筆と終筆の位置</b>		<b>クセ字の例</b>
				始筆や終筆がマス目のどこにあるかを見比べる		
				<b>・ 文字の外形</b>		
				外形が手本と同じ形になっているかを見比べる		
				<b>・ スペースの大きさ</b>		
				の大きさが手本と同じくらいかどうかを見比べる		
				<b>・ 線末の処理</b>		
				終筆が手本と同じ形状がどうかを見比べる		
				<b>・ 可読性</b>		
				きちんと読めるかどうかを見比べる		
				<b>・ 曲線の曲げ方</b>		
				曲線の曲げ方が手本と同じかどうかを見比べる		

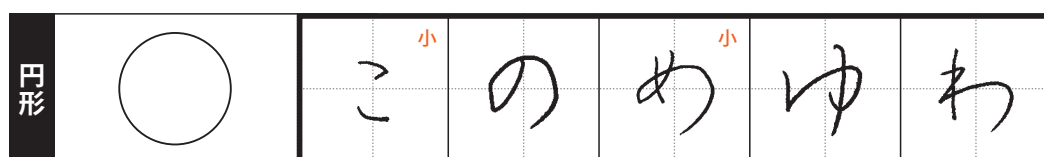
POINT

自分の字と手本を見比べ、どこが違うのかわらう

# ひらがなの外形

## ひらがなの形は6つに大別される

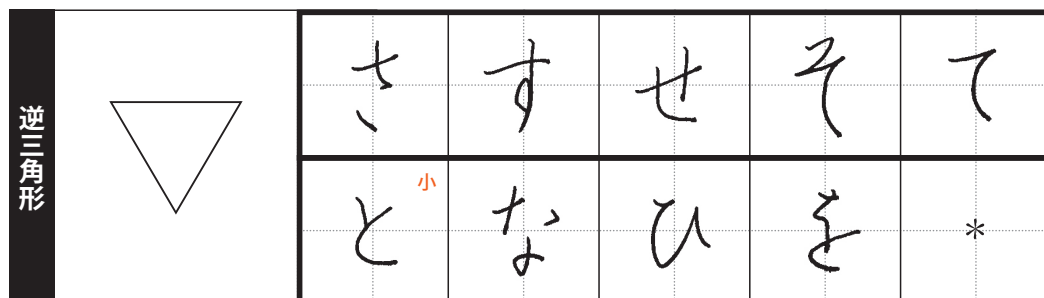
最も多用されるひらがながバランスよく書けると、ビジネス文書も体裁がよく整って見えます。そこで、文字としての形を意識しながら、ひらがなを書いてみましょう。それぞれの文字の形をよく見ると、全体が丸い字や縦長の字などさまざまです。そうしたひらがなの「外形」は、6つに大別されます。その外形に当てはめるつもりで書くと、ひらがなは形が整います。なお、右肩に「小」とある文字は、やや小さめに書くと、ほかの字と並んだときバランスよく見えます。



外形が円形のひらがなの特徴は、円を描くように書かれるものが多い



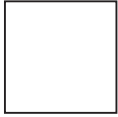
外形が三角形のひらがなの特徴は、上よりも下が膨らんでいるものが多い




外形が逆三角形のひらがなの特徴は、上を大きく下を小さく書くものが多い

外形を  
イメージすると  
楽しく練習  
できます




正方形		お	け	た	に	は
		ほ	む	*	*	*

外形が正方形のひらがなの特徴は、字源(元になった漢字)のなごりを残しているものが多い

長方形		う	き	く	し	ま
		も	よ <small>小</small> り	*	*	*

外形が長方形のひらがなの特徴は、始筆と終筆の位置に注意して書くものが多い

扁平形		い	か	つ	ぬ	へ
		や	*	*	*	*

外形が扁平形のひらがなの特徴は、左右のつり合いを考えて書くものが多い

POINT

ひらがなは、外形に当てはめて書くと形が整いやすい

# ひらがなの字源と筆順

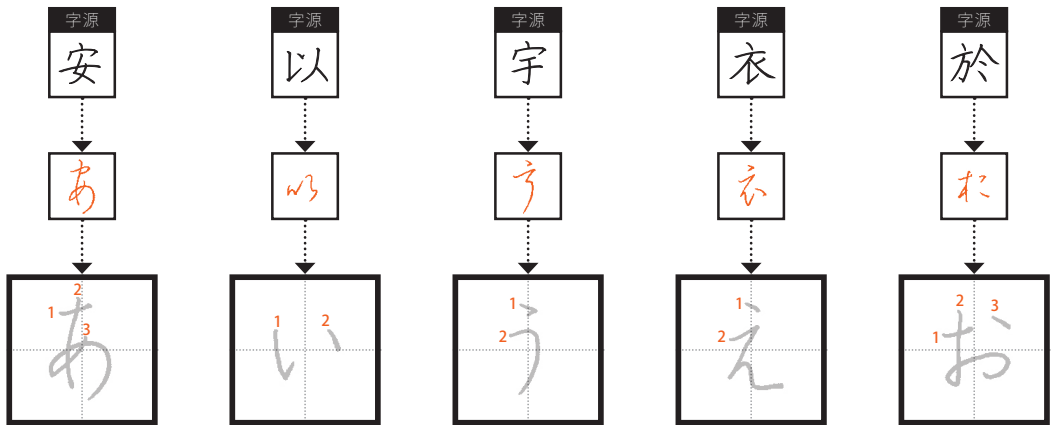
## 風格のある文字を書くために知っておこう

ひらがなやカタカナは、漢字が元になってできました。元になった漢字を「字源」といい、ひらがなは、その漢字を略した「草書体」という書き方から生まれました。そのため、字源を理解して書くと上手に書けると言われています。また、文字には「筆順」がありますが、これも、整った文字を書きやすい筆の運び方として考えられてきたものです。筆順には、「上から下へ」「左から右へ」という大きな原則があります。ここでは、字源と筆順を意識しながら手本をなぞり、間違っ

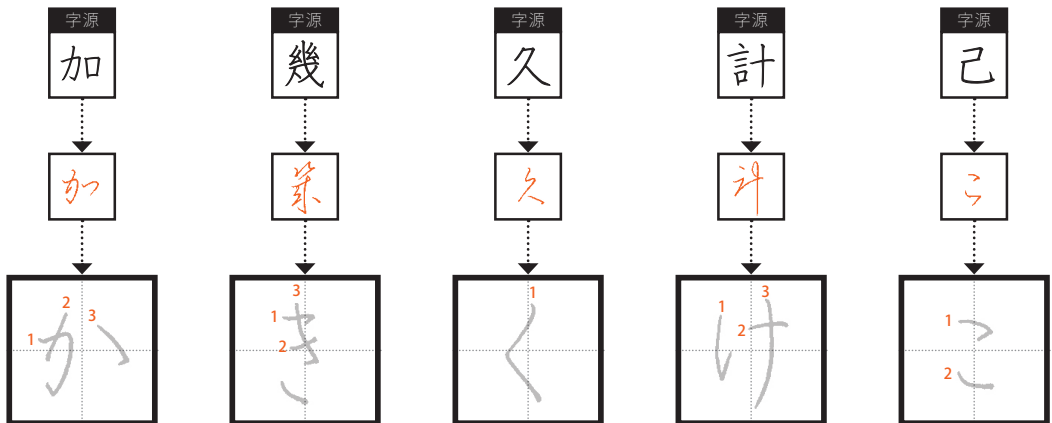
間違っ  
たまま  
身につ  
けてし  
まった  
人も多  
いですよ



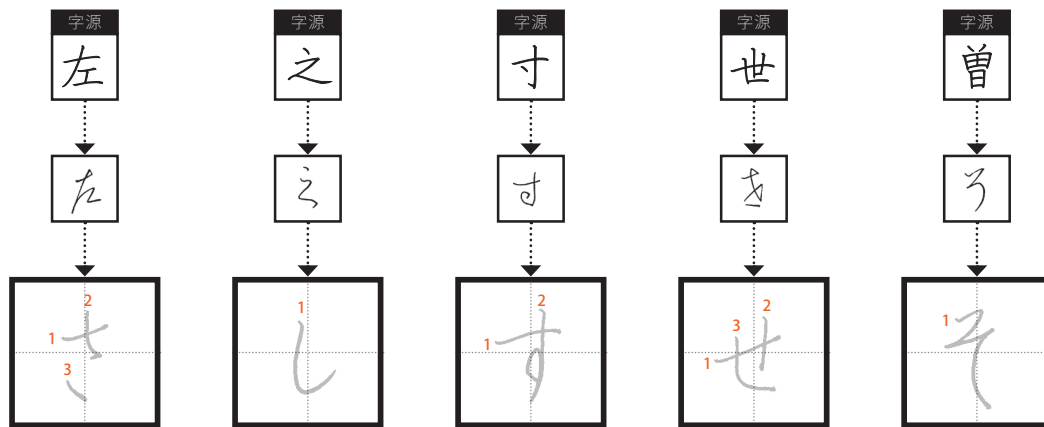
### あ行



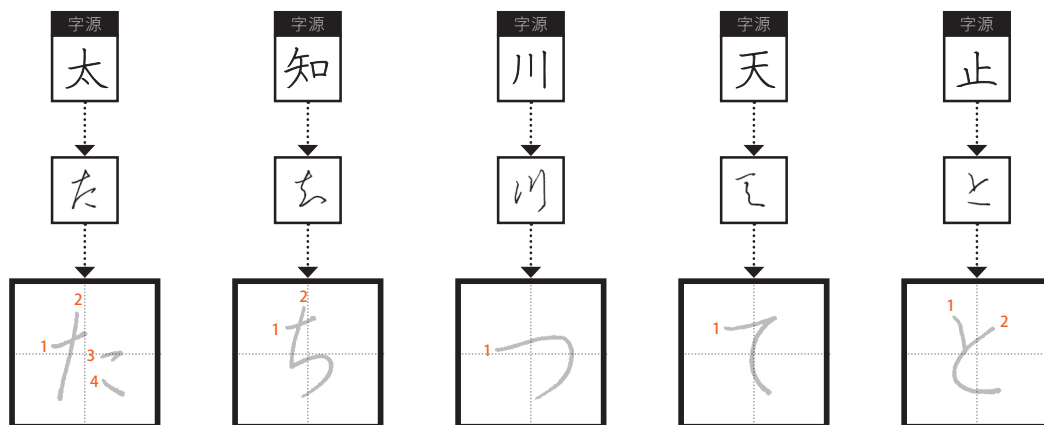
### か行



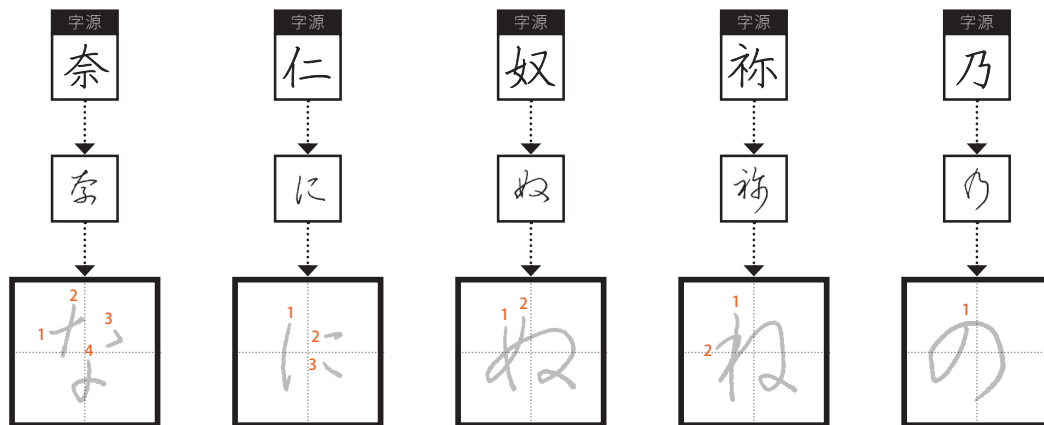
## さ行



## た行



## な行



は行

字源 波	字源 比	字源 不	字源 部	字源 保
波	比	不	㇇	保
は	ひ	ふ	㇇	ほ

ま行

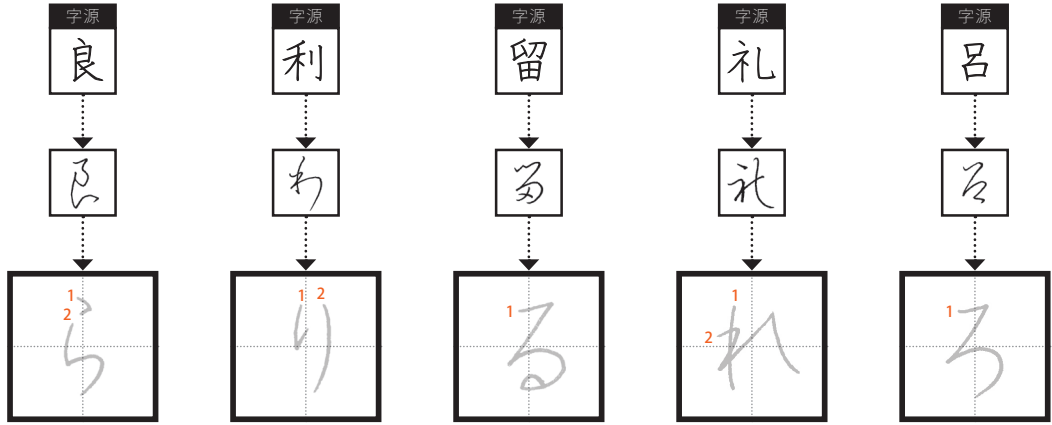
字源 末	字源 美	字源 武	字源 女	字源 毛
末	み	む	め	毛
ま	み	む	め	も

や行

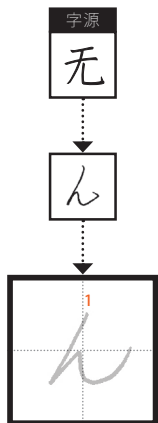
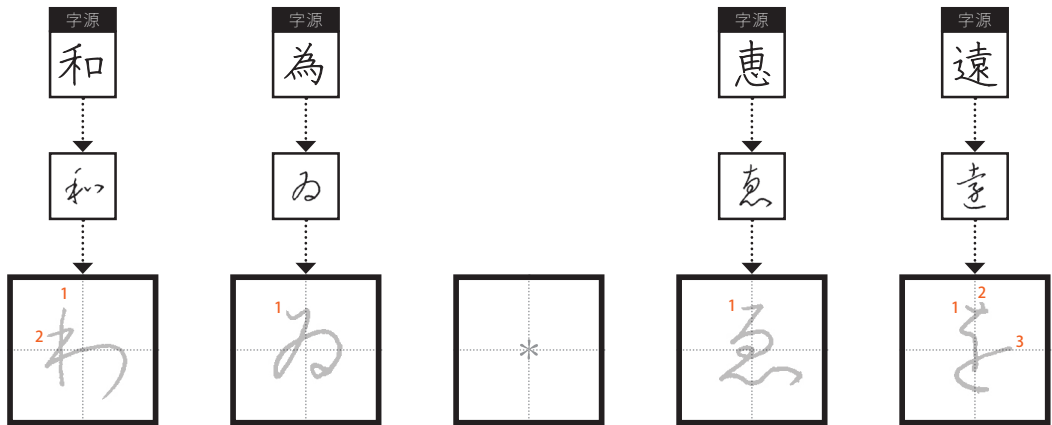
字源 也		字源 由		字源 与
也		由		与
や	*	ゆ	*	よ



## ら行



## わ行



POINT

字源と筆順を意識すると風格あるひらがなが書ける



## 世界でも極めて珍しい日本語の書き方 「ひらがな」という呼び方の由来は？

日本語には、基本となる文字が3種類あります。言うまでもなく、漢字、カタカナ、そして「ひらがな」の3つです。このように複数の文字をいっしょに使い分ける言葉は、日本語以外にほぼ見当たらず、世界的に見て極めて珍しいものです。

文字を使い分けられることから、日本語には、ほかの言語にはない柔軟な表現力が備わりました。たとえば、外来語をカタカナで書き分けるとわかりやすく、新しい用語を取り入れやすいという特徴があります。また、漫画などに使われる擬音語、擬態語も豊かになります。

こうした日本語のしなやかさは、自分たちが話していた「和語」を表現するために、外来の漢字を使いこなし、カスタマイズしたことから始まりました。

中国生まれの漢字は、4世紀頃、朝鮮半島から伝わったとされます。日本人の祖先が漢字に初めて接したのはもっと前の時代だと推定されますが、大和政権が成立したと思われる4世紀以降、漢字と漢文が、当時の先進文化として積極的に取り入れられていきます。

公的な文書はすべて「漢文」で書かれ、やがて、その漢文を日本語として読み下す習慣が、僧侶や役人の間に広まっていきました。漢文の読み方を示すために、記号として漢字の形から一部を借用したのがカタカナの始まりです。

現存する最古の歌集『万葉集』の和歌も、漢字で書かれていました。ですが、もちろん漢文ではありません。話し言葉の和語を書くときは、漢字を発音によって当て字のように使う方法が取られたのです。それが、5世紀に成立したと考えられる「万葉仮名」です。

万葉仮名は、漢字を仮にを使って書いたことから「仮名」という名があります。そして、漢字の仮名は、平安時代に入ると、くずし書きした草書体をもとに、日本独自の文字に生まれ変わっていきます。仮名をさらに略したこの新たな文字は、より簡単な仮名という意味から平仮名、すなわち「ひらがな」と呼ばれるようになったのです。

