

## 一茶の蕎麦の句

江戸ソバリエ・寺方蕎麦研究会

小林尚人

### 1) 俳諧師小林一茶



小林一茶は名を弥太郎という。父弥五兵衛・母くにの長男として、宝暦13年（1763）5月5日信濃国水内郡柏原村（長野県上水内郡信濃町柏原）で生まれた。生まれ故郷の柏原村は、黒姫山（2053m）山ろくに位置する集落である。土地は黒い火山灰で、標高は676mあり冬の半年余は深い雪に埋もれてしまう。秋、山ろくに広がる蕎麦の畑は一面に白い花で覆われる、良質な蕎麦が穫れることで有名である。一茶は子どものころをこのような山村で過ごし、あるていどの読み書きの素養を身に付けていた。当時は江戸から遠く離れた柏原でも俳句を楽しむことが流行っており、旅の俳諧師長月庵若翁が明専寺に滞在し村人に俳諧を教えている。一

茶も子どもなりに俳諧のことは聞かされていたようである。

一茶は安永6年（1777）15歳で江戸へ奉公に出された。しかし、その後10年余りの奉公生活については、くわしいことは全くわからない。伝承によると下総馬橋の油屋に奉公したという。油屋の主人は大川立砂といい、柏日庵と号し俳諧師今日庵元夢の門人であった。一茶は日ごろから立砂の俳諧に関心があり、流砂から俳諧の手ほどきを受けていたようである、したがってこのころ、俳諧の道に進むことを心に決めたのではないか。25歳の春ころ、葛飾派の老俳二六庵竹阿が大坂から江戸へ戻ってきた、その折に同門の人びとの配慮で一茶が世話を兼ねて同居することになった。本格的に俳諧師の活動を始めたのはこのころと考えていだろう。江戸における主な活動範囲は、奥羽行脚と30歳から36歳までの西国の旅を除き、隅田川周辺から上総・下総を主な地域としそこから遠く離れることはなかった。最も有力な援助者であり師と仰ぐ夏目成美の隠宅が隅田川のほとり番場町にあり、そのためにも離れ難かったのではなかろうか。



生まれ故郷を離れた江戸生活は、早くも35年余りが過ぎてしまった、この辺で江戸のわび住まいにも区切りをつけ、故郷で老後を過ごそうと考えたのではないか。文化9年（1812）11月17日江戸を立ち、24日には柏原へ着いている。翌10年1月には亡父の十三回忌を行い、その折に菩提寺（明専寺）の住職に調停をお願いし、親族も交えたところで弟仙六と父の遺産相続の問題が和解できた。翌年には弟と家を二等分して終の

栖も決まり、52歳で初めて菊と結婚し4人の子どもをもうけたのだが、何れも夭折し妻にも先立たれてしまった。二回目の妻とは離婚し三回目の結婚でできた子も、一茶の没後に誕生しているから子どものことは知らない。しかも自宅を火災で焼失し、最期は、自宅土蔵の仮住まいで文政10年(1827)11月19日、65歳の生涯を終えた。生涯で約20,000余の句を残しているが、一茶の人柄などの詳細は別稿に譲り、本稿は一茶の蕎麦の句のみを取り上げてみた。

なお、江戸時代の俳聖といわれた、松尾芭蕉と与謝蕪村の蕎麦の句も参考に取り上げてみた。

## 2) 一茶の蕎麦の句

◇「更しなの蕎麦の主や小夜砧」 享和3年(1803) 享和句帳

◇「更しなや聞き方には小夜砧」 享和3年(1803) 享和句帳

信濃の更しなといえは蕎麦の産地として有名である。

小夜砧の砧は、布を軟らかくするために木槌で打つこと或いはその台である。「小」は美称、そば生地を綿棒に巻いて打ち、板の上で延しているのは更科蕎麦の主だろうか。

◇(しなのじはそば咲けりと小幅綿) 文化1年(1804) (文化句帳)

◇「そばの花二軒前程咲きにけり」 文化1年(1804) (文化句帳)

◇「近い此しれし出湯やそばの花」 文化1年(1804) (文化句帳)

◇「そば花は山にかくれて後の月」 文化2年(1805) (文化句帳)

◇「そば花の秋もなくなりかゝる哉」 文化2年(1805) (文化句帳)

◇「そばの花咲くや仏と二人前」 文化1年(1804) (文化句帳)

「二度の月」といって、お月さまが美しく見えるのが十五夜(中秋)と十三夜(後の月)の二回ある。とくに十三夜は晩秋の蕎麦時とは一体のものといえる。

一茶は子供のときから仏の教えで躾られて育ってきた、幼児語で仏様をのの様といい、月が暗闇を照らすようにのの様が衆生の迷界を照らしてくれると学んでいたことだろう。

◇「そば所とひとはいふ也赤蜻蛉」 文化4年(1807)

◇「瘦山にぱっと咲けりそばの花」 文化1年~5年(文化句帳)

「そば所」といえは蕎麦の名産地信濃(信州)であろう。そば畑を一面におおう白い花の上を赤い蜻蛉の群れがとびかうさまは秋の風景によく似合う。

花の蜜腺の香りに誘われて蜜蜂が訪れるころでもある。

◇「我上も青みな月の月よ哉」 文化5年(1808) (句稿消息)

月の青さと新蕎麦の青をかけている。江戸時代にもっとも美味しいとされた蕎麦は、早めに刈り取って挽いた粉で作ったそばであり、淡緑色を帯びて香りも味もいと評判だっただろう。

◇「蕎麦咲て菊もはらはら新酒哉」 文化5~6年頃

◇「相応にほまちの蕎麦もさきにけり」 文化8年(1811) (我春集の鶴老との連句)

「ほまち」は公に届けていない、つまり内緒で作っているソバである。が、時季がくると

分け隔てなく自ずから白い花が咲く。

- ◇「そばこねしうら戸も見へて枯木立」 文化8年(1811) (自筆本)
- ◇「そば時や月の信濃の善光寺」 文化9年(1812) (七番日記)

一茶が郷里の柏原に落ちついた50歳のときの句である。

「そば時」とは、新蕎麦の時期のことである。蕎麦・月・善光寺といえは信濃の三大名物であり、時空を超えた郷愁でもある。山寺の鐘の音が聞こえてくる、夕焼け空のかなたには西方浄土がある。

一茶は文化9年11月冬を目前にして郷里に帰り、終の栖で迎えるそば時には特別の想いがあったのではないか。

- ◇「赤椀に龍の出そよなそば湯かな」 文化11年(1814) (七番日記)
- ◇「そりや寝鐘そりやそば湯ぞよそば湯ぞよ」 文化11年(1814) (七番日記)

朱塗りのお椀に入れられた濃いめのそば湯からは湯気が立ち昇っている。釣鐘の音が聞こえている、どこぞで蕎麦を振舞われ、そのあとそば湯をすすめられたのであろう。日新舎友蕎子著「蕎麦全書」その巻之上、寛延4年(1751)に「そば後蕎麦湯を出す事」条には『予按るに、先年所用の事あいて信州諏訪辺を通る事有り。信濃そばとて名物を聞居ければ、旅宿にてそばを所望せしに、其そば其製大きによし。成程名物程の事有り。然るにそば後直ちに蕎麦湯を出して飲しむ。予、主人に問て云、江戸にてはそば切りを人に振舞時、そばの後、定って吸物とて豆腐の味噌煮を出す。能麩毒を解すと云ふ。然るに今、吸物など出さずして、直にそば湯を出すは其分け有やと云えは、主人云けるは、そば後直に蕎麦湯を飲む時は食するそば直に下腹に落着て、たとへ過食すとも胸透きて腹意大きによろしき物也。当地の風俗皆か様なりとて、そば湯の後に味噌の吸物など出す事、其外の饗応、江戸に替わる事なし。只直に蕎麦湯を出す而巳替り也(略)』とある。江戸では「オシナ湯」、「お信濃湯」といってそば湯をのむ風習は信濃から江戸に伝えられたとされている。

- ◇「庵のそばことしも人に刈られけり」 文化12年(1815) (七番日記)
- ◇「庵のそば中から折て仕廻けり」 文化12年(1815) (七番日記)
- ◇「蓮咲くや八文茶漬け二八そば」 文化13年(1816) (七番日記)

蓮咲くやとあるが、江戸時代京坂地方の間屋で客の接待のために雇った女を蓮葉女といい、江戸にも伝わっていることから蓮は風刺をきかせ、二八は十六文の安価なそばにかけたものであろう。しかし、二八そばの二八は如何なる趣向で名づけられたものか、確かなことはわからない。有力な説としては、そば粉と小麦粉の配合説と、値段を表した代価説の二説がある。代価説は享保(1716~36)の中頃と考えられている、十六文が標準価格になったのは早くとも文化の後半ころ(1811ころ)だろうといわれている。しかし、慶応(1865~1868)年間を境に配合説が主流になっている。この句が詠まれた時代は代価説が主流のころであり、二八そばは「安価な蕎麦(広辞苑)」の意に解しておきたい。

- ◇「かくれ家や一人前のそばの花」 文化13年(1816) (七番日記)
- ◇「はや山が白く成ぞよそばでさえ」 文化14年(1817) (七番日記)

- ◇「<sup>さいば</sup>張らん外山とやまのそばが白くなる
- ◇「しなのぢやそばの白さもぞっとする」
- ◇「そば咲やその白ささへぞっとする」
- ◇「山島やましまやそばの白さもぞっとする」

文化14年(1817) (七番日記)

文化14年(1817) (七番日記)

文化15年(1818)

文政7年(1824)

この句の上五「しなのぢや」と「そば咲や」は「山島や」に直している。一般には「しなのぢや」の句が覚えられている。しかし、『「しなのぢや」では、いかにも信濃情緒的で、甘く、狭くなる。山國人の情念が山霧のようにしみこんでこないんだ。とくに、「白さに」では情念の翳もでてきませんが、「白さも」で、情念の翳ばかりか、それに怨みがかもります。』という見解がある(金子兜太)。前書きには「老いの身には今から寒さも苦になりて」とあり、62歳のときである。北信濃の柏原は、雪が来るのが早くそれが根雪となって一面白い雪に閉ざされる、冬の厳しさは思っただけでもぞっとするほど身に染みる、そんな思いを詠んだ句だろう。あるいは夕やみのせまるころ山肌を波のように揺れ動く白さに、妖気の漂いを感じたのであろうか。

- ◇「雪かほちるや七十頁の夜そば売

文化7年(1810) (七番日記)

貞享3年(1686)の御触書に、「饅頭蕎麦切何に不寄火を持あるき商売仕候儀一切無用」とある。

火災防止のため夜売りは禁止されていたものの、寛政(1789~1801)末ごろから取り締まりも緩められたようである。めん類の夜売りは煮売り仲間から独立した業種として認められ、押しも押されもしない代表的な専門業者にのしあがった。のちに風鈴そばが現れるが夜そば売りよりも食器やメニューの数も増やしているようである。雪散る夜、年老いた夜そば売りという江戸の裏長屋に暮らす住人たちの現実を直視し、句として詠んだところが一茶らしい人生詩ではないだろうか。

- ◇「そば所のたんを切りつつ月見かな」

文政2年(1819) (八番日記)

- ◇「蕎麦国のたんを切りつつ月見哉」

文政2年(1819) (おらが春)

前書きには「おのが味噌のみそ臭さを知らず」とある。手前味噌にかけて風刺を効かせたところが一茶風である。信濃者はつい手前味噌で、信濃の蕎麦こそが一番美味いと自慢話に威勢のよい啖呵を切っているが、蕎麦のお国自慢をすることは、江戸の者からは「蕎麦の自慢はお里が知れる」と蔑まされるのである。江戸の生活を知り尽くした一茶は、江戸そばの方が汁を含めて美味しさでは上であることを知っている、大根おろしの汁に味噌を入れた信州風のつゆでそばを手繰りながら、宴席でそばをご馳走になっている手前、そうだそうだと同調していたことだろう。

- ◇「徳本の腹をこやせよ蕎麦(の)花」

文化14年(1817) (七番日記)

徳本は徳本上人とくほんじょうにんのことであり、徳本行者とも呼ばれた江戸後期浄土宗の僧である。一茶が上人と信州を旅したとき、上人の一日の食事が一合のそば粉であることを知り、驚いて詠んだとされる。上人は文化13年信州から上州にかけて教化の行脚(遊行)をしている。なお、一茶は上人の教えに従いひたすら念仏を唱え、虚弱なわが子の無事を祈ったのであろう。文化14年には長男が夭折している。

- ◇「夕山ゆふやまやそば切色のはつ時雨」

文政2年(1819)

故郷の柏原に家庭を持って安住してからの句である。初冬のころ、青空の片側をさっと降るのが時雨であるが、「はつ」の字を冠することでわびしさが込められている。そばの殻をむいた甘皮の着いた実を石臼で挽いた粉で打ったそばは、薄緑をおびた色で味も香りも良い。はつ（新）そばとして楽しめる時季である。

◇「雪ちるや御駕へはこぶ二八蕎麦」 文政3年（1820）

◇「はつ雪や御駕籠へはこぶ二八蕎麦」 文政4年（1821）

御駕籠と改まっていう御駕籠の人とは誰だろうか、それに引きかえ二八そばは、町人好みの安価なそばである。町で評判の二八そばを食べてみたい。しかし、御駕籠にのる人が町人と肩を並べて二八そばを食べるには、抵抗があったのではないか。江戸時代「衣」の元禄、「食」の文政といわれたように町人主導の食文化が隆盛を極めた時期である。

◇「駒引きそばの世並はどの位」 文政3年（1820）（八番日記）

◇「一袋そばも添けり駒迎」 文政3年（1820）（八番日記）

◇「相（逢）坂やそば粉を添えてしなの駒」 文政4年（1821）

世並とは、農業（ソバ作り）では作柄の良し悪しのことをいうが、駒引きそばの世並といえは、馬方の食べるそば（馬方そば）の世間相場のことだろう。江戸の町は急速に都市化して商業も盛んになり、多くの職人が集まるとともに町人の町として栄え、食量をはじめ諸物資の大消費地であった。必要な物資は各地と江戸を結ぶ街道筋を馬で運ばれていた、そのため大勢の馬方のために馬方蕎麦が誕生し馬方蕎麦屋が栄えている。新島繁編著「蕎麦の事典」には「江戸時代、四谷ご門外のあったそば店・太田屋定五郎の俗称。四谷付近は近在から出てくる小荷駄馬でにぎわい、馬子たちが行き帰りに食べた店に名がひろまった。挽きぐるみの黒っぽいそばだったが、よそのものに比べて量が多かったので評判をとった。」とある。

◇「国がらや田にも咲するそばの花」 文政4年（1821）（八番日記）

◇「国がらや田にも咲かせるそばの花」 文政4年（1821）

◇「更科もさらに及ばぬ蕎麦の花」 文政11年（1828）

雪深い北信濃の冬は、半年間は雪に覆われししまうため小麦も大麦も穫れない土地柄である。江戸の後期のころは稲作に不向きな田圃には、そばが蒔かれ秋には白い花が咲いたのであろう。現代の休耕田に咲くそばの花が連想される。そばの産地更科も及ばぬというのであるが。

◇「江戸店や初そばがきに袴客」 文政4年（1821）

◇「草のとや初そばがきをねだる客」 文政4年（1821）

新そばがきを待ちわびる客を、袴姿でこちょうして詠んだのではないか。対照的に詠ん句が草のとやは、「くさのとざし＝草の肩」と同じであり、草のとは簡素なわびしい住まいにかかる枕詞である。このころの江戸町人は、旬や初物には敏感だった風習を詠んだものであろう。

◇「陽炎やそば屋が前の箸の山」 文政6年（1823）（文政句帳・文政5年～8年末）

◇「そば屋には箸の山あり雲の峰」 文政6年（1823）

陽炎は春の季語、箸の山に揺らぐかげろうに、いのちの姿を感じ取ったのであろうか。そ

ば屋が箸を洗いかえして使っていた時代の店舗風景である。ちなみに割り箸（当時は引裂箸）が使われ始めたのは、一茶が亡くなった文政末ころからといわれている。当時、繁盛している蕎麦屋の店先に、山と積まれた白い箸を見て、あたかも雲の峰を連想したのではないか。

◇「雉なくや藪の小脇のけんどん屋」 文政7年（1824）（文政句帳）

けんどんは、広辞苑には「慳貪＝けちで欲ばりなこと、なさけ心のないこと、むごいこと、愛想がないこと。儉鈍＝江戸時代、蕎麦、饅頭、飯、酒などを売る時一杯ずつ盛り切りにしたもの、慳貪箱の略 慳貪蕎麦＝大きな平椀に一杯ずつ盛って売る蕎麦。一膳飯屋。とある。早く出すけんどんそばを雉の鳴き声にかけたものか、藪の小脇」とあることから、藪蕎麦の元祖が思い浮かぶ。

◇「はればれと御ハッ聞こえる汐干哉」 文化元年（1804）

ハツ時は午後三時ころ、御ハッは午後の間食のことであろう。江戸は急速な都市化と「火事と喧嘩は江戸の華」といわれるほど大火が頻発し、それらに携わる鳶・大工・左官などの職人がおおかた、仕事は身軽な身ごなしが必要であつたため、三度の食事は一回で腹一杯食わず小食で済ませた、そのため三度だけでは腹が減るので間食をする風習があった。その間食は、手ごろな値段で早くあまり噛まずに簡単に食べられること、それには二八のぶっかけ蕎麦が、江戸っ子の気性にも合う最適の食べものだった。江戸の小食の美学だろう。春三月の大潮のときは一年で一番汐の干満の激しいとき、はるか沖まで広がる干潟を眺めながらのお八つであろうか。

◇「日の入のはやき<sup>あたり</sup>辺を蕎麦の花」 （発句抄追加）

(注)次の3句は一茶の句といわれているようであるが、一茶の句である確証はない。また、一茶の句（発句）には、類作がおおくその上推敲を加えた過程のものは少ないようである。

◇「蕎麦の花江戸のやつらがなに知って」

◇「我里は月と仏とおれと蕎麦」

◇「信濃では月の佛とおらが蕎麦」

この句については、拙文「『信濃では月と仏とおらがそば』は一茶の句か」（江戸ソバリエ倶楽部通信No.18、2012-3-16）を参照。

### 3) 芭蕉と蕪村の蕎麦の句

#### ◎松尾芭蕉

松尾芭蕉は伊賀国上野赤坂町で江戸前期・寛永21年（1644）松尾与左衛門の次男として誕生幼名金作。元服の後宗房。下級武士の子として生まれ町人に転じた。元禄7年（1694）10月51歳で病没。生涯で976の句を残している。「旅に病んで夢は枯野を駆け巡る」は辞世の句としてよく知られている。



- ◇「三日月に地はおぼろ也蕎麦の花」 元禄5年（1692） （浮世の花）  
三日月の淡い光に映し出された白い蕎麦の花が、一面に咲き広がっているさまを詠んだものであろう。薄明かりに映える白い花の広がりには妖気の気配が漂うようである。
- ◇「蕎麦はまだ花でもてなす山路かな」 元禄7年（1694） （続猿蓑）  
門弟の支考が伊勢の斗従と共に伊賀の無名庵を訪ねて来てくれた。蕎麦を馳走したいのだが、山路で目にされたとおりに今はまだ花でもてなすしかない。残念がる心情が汲みとれるようだ。当時は伊賀の山並みもそば畑が広がり白い花は見事だったろう。
- ◇「蕎麦もみてけなりがらせよ野良の萩」 元禄4年（1691） （続寒菊）  
蕎麦の花に囲まれた山姿亭秋で詠んだのであろう、野良には萩の花が咲いている、蕎麦の花は山間の涼しいところで咲く、美しさは気付かれにくい、愛でてやって萩に羨ましがらせたいものだ。

### ◎与謝蕪村

与謝蕪村は蕪村は摂津国東成郡毛馬村で江戸中期享保元年（1716）に生まれ本性は谷口氏、のちに与謝と称す。しかし、毛馬村の出生には疑問が残っている。天明3年（1783）12月68歳で病没。生涯で2918の句を残している。



- ◇「根に帰る花やよしのゝそば畠」 安永7年（1778）～天明3年  
「花は根に帰る」と諺にあり、ものはみな根源の帰る意。よしのの里といえはさくらの花が連想される、桜の里に白い花の咲くそば畑があった。古今集に「・・・吉野の里に降れる白雪」があるが、白雪ではなく真っ白なそばの花が咲いている。
- ◇「鬼すだく戸隠のふもとそばの花」  
謡曲「紅葉狩」の舞台で、鬼が集まって酒宴をひらく戸隠山の麓の気配と、そばの花が一面に咲く白い妖気が漂うような秋の戸隠山を詠んだものだろうか。蕪村が実際に戸隠のそばの花を見たことがあるか疑問がある。というのが地元に残る疑問のようである。
- ◇「新蕎麦やむくらの宿の根来椀」
- ◇「しんそばや根来の椀に盛来」  
むくらが生い茂っている荒れはてた宿の、使い込まれて朱塗りの古びた椀に盛られた新そばは薄緑色だろうか。新そばがご馳走である貧しい田舎宿の情景であろうか。新そばの風味と根来椀の風情が対照的な味わいを醸している。根来椀は、秀吉が根来攻めによって途絶えた紀州根来塗が由来で、黒漆を重ね塗りし上仕上げに朱塗りを塗るのが根来塗といわれている。使い込むと種の漆が薄くなり黒漆が模様のように出てくる。輪島や会津に伝わったといわれる。
- ◇「道のべや手よりこぼれて蕎麦花」 安永6年（1777）  
そばの花が道ばたおも超えて咲き茂っているのであろうか。
- ◇「蕎麦あしき京をかくして穂麥哉」 安永5年（1776）  
蕎麦切・俳諧は都の土地に应ぜずと（『風俗文選』蕎麦切ノ頌）
- ◇「故郷や酒はあしくとそばの花」 安永3年（1774）

- ◇「宮城野の萩更科の蕎麦にいつれ」 安永5年(1776)  
「宮城野の萩(紅紫色)と更科の蕎麦(白色)との比較優劣論」(『与謝蕪村集』新潮日本古典集成)という発想から作られたもので、見たこともない更科の蕎麦を観念的に詠んでいるというのが通説のようである。
- ◇「落る日のくぐりて染る蕎麦の茎」 安永7年(1778)～天明3年  
くぐりては絞り染めをすることにあくたのだろうか。
- ◇「水かれがれ蓼歟あらぬ歟蕎麦歟否歟」 安永
- ◇「琴なる我蕎麦存す野分哉」 天明2年(1782)
- ◇「秋はものゝそばの不作もなつかしき」 安永6年(1777)
- ◇「そば刈て居るや我行道のはた」 安永7年(1778)～天明3年
- ◇「柿の葉の遠くちり来ぬそば畠」 安永7年(1778)～天明3年
- ◇「山畑やけぶりのうえのそば畠」 安永6年(1777) (蕪村自筆句帳)

(注)次の句は出所が確認できなかったものである。

「残月やよしのの里のそばの花」

「古寺の暮れ真白なりそばの花」

#### 参考文献

- |                                  |          |
|----------------------------------|----------|
| 人物叢書「小林一茶」 小林計一郎著                | 吉川弘文館    |
| 俳諧寺一茶 東松露香                       | 一茶同好会    |
| 日本詩人撰「小林一茶」 栗山理一著                | 筑摩書房     |
| 新訂「一茶句集」丸山一彦校注                   | 岩波文庫     |
| 「一茶 七番日記 上・下」 丸山一彦校注             | 岩波文庫     |
| 「一茶 父の終焉日記・おらが春」 他一編 矢羽勝幸校注      | 岩波文庫     |
| 「小林一茶 句による評伝」 金子兜太著              | 岩波現代文庫   |
| 袖珍版「芭蕉全句」 堀信夫監修                  | 小学館      |
| 竹内寛子の「松尾芭蕉集・与謝蕪村集」               | 集英社文庫    |
| 「蕪村俳句集」付 春風馬堤曲他二編 尾形侑校注          | ワイド版岩波文庫 |
| 郷愁の詩人「与謝蕪村」 荻原朔太郎著               | 岩波文庫     |
| 「蕎麦の事典」 新島繁編著                    | 柴田書店     |
| 現代語訳「蕎麦全書」伝 日新舎友蕎子著 新島繁校注・藤村和夫訳解 | ハート出版    |
| 長野郷土史研究会機関誌「長野」第167号             | 長野郷土史研究会 |

#### 備考

\*村松春甫(1772～1858):一茶の門人、狩野派絵師、一茶の肖像のほとんどを描いた。

\*一茶居住の地(墨田区緑1丁目1～3付近)

\*蕪村居「夜半亭」跡(中央区日本橋室町4-5～日本橋本町4-2付近)

\*芭蕉居「採茶庵」跡(江東区深川1-9付近) 芭蕉はここから奥の細道へ旅立った。

(一茶像 ネットより, 写真 ほしひかる提供)