

2026年3月19日

東日本大震災から15年 宮澤章二の詩「行為の意味」が中高生向け楽曲として完成

～埼玉キワニスクラブ「MY ポエム（青春の詩）コンクール」のテーマソングに決定～

埼玉キワニスクラブ（埼玉県さいたま市）は、毎年、中学生・高校生を対象とした「MY ポエム（青春の詩）コンクール」を開催し、若い世代の表現活動を支援しています。本コンクールでは、埼玉県知事賞、さいたま市長賞のほか、詩人・宮澤章二氏の名を冠した「宮澤章二賞」を設け、地域文化の振興にも寄与しています。

審査員を務める詩人・宮澤鏡一氏（宮澤章二氏のご子息）より、「東日本大震災から15年たったが、中高生に心づかいや思いやりの心を大切にしてもらいたいのので、父の詩『行為の意味』を、歌にして届けたい」との相談がコンクール担当者に寄せられました。埼玉キワニスクラブでは依頼を受け、FM ラジオ局 NACK5 のパーソナリティ番組にも出演するシンガーソングライター・さくまひでき氏を紹介しました。その後、宮澤鏡一氏とさくまひでき氏の共同制作により、東日本大震災後に AC ジャパンの公共広告 CM で広く紹介された詩『行為の意味』は約3分の楽曲として完成しました。この詩は、詩に新たな表現の場が生まれ、中高生にも親しみやすい形で届けられることとなりました。

今後、この楽曲は、「MY ポエム（青春の詩）コンクール」のテーマソングとして、NACK5 および テレビ埼玉 を通じて放送され、県内外へ広く発信される予定です。

曲の視聴アドレスと QR コード→

https://tvs-creative.co.jp/event/0305_sakuma.mp4



宮澤章二（みやざわしょうじ）1919年～2005年

埼玉県出身の詩人・作詞家。校歌や童謡、合唱曲など多数を手がけ、全国の学校で親しまれている。代表作のひとつ『行為の意味』は、「心は見えないけれど、心づかいは見える」「思いは見えないけれど、思いやりは見える」といった印象的な一節で知られ、東日本大震災後に AC ジャパンの公共広告 CM で広く紹介され、大きな反響を呼んだ。クリスマスソング「ジングルベル」の作詞者としても知られている。

宮澤鏡一（みやざわきょういち）

大宮詩人会理事長、詩人・宮澤章二氏の長男。

さくまひでき

埼玉県を拠点に活動するシンガーソングライター。FM NACK5 のパーソナリティ番組にも出演し、地域密着型の音楽活動で知られる。

埼玉キワニスクラブ

国際奉仕団体「キワニス（Kiwanis International）」の一員として、子どもたちの健全育成を目的に活動する奉仕団体。地域に根ざした支援活動を展開している。

問い合わせ先

埼玉キワニスクラブ事務局

〒330-0803 埼玉県さいたま市大宮区高鼻町 2-26-2 税理士法人山田会計 3階

電話：048-650-9027 FAX：048-650-9028 メール：info@saitama-kiwanis.com



今年の「第6回 MY ポエム（青春の詩）コンクール」

応募方法ページ <https://saitama-kiwanis.com/>

応募対象 埼玉県内の中高校生

募集期間 2026年4月6日（月）～2026年5月18日（日）

表彰式 2026年7月22日（水） 清水園（さいたま市大宮区、氷川神社参道沿い）

作品展示 2026年7月29日（水）～2026年8月25日（火） 高島屋大宮店（JR大宮駅東口）

MY ポエム（青春の詩）コンクールの概要

埼玉キワニスクラブ創立 20 周年を記念して、2021 年に始まった中高生向けの詩のコンクールです。

対象は、埼玉県内の中学生高校生です。

日常生活で心に残った体験や思いを、自由に詩で表現することがテーマになっています。

毎年 1,000 作品以上が寄せられる人気のコンクールで、 今年の第 5 回は 1,246 作品 の応募がありました。

優秀作品は、氷川神社参道沿いの清水園（さいたま市大宮区）で行われる表彰式で発表、

その後、高島屋大宮店（JR 大宮駅東口）で作品展示が行われます。

受賞者には、埼玉県知事賞、さいたま市長賞、宮澤章二賞 など、名誉ある賞が贈られます。

『行為の意味』

昭和 50 年代の作品で、現在、この詩を含む詩集が、ごま書房新社より「新版 行為の意味」（2025 年）として出版されています。

この詩は、心は目に見えず、行為によって初めて他者に伝わるという考えを示しています。どれほど温かい気持ちを抱いていても、行動に表れなければ相手には存在しないのと同じだと説き、言葉やふるまいには必ず心が宿り、人はその積み重ねで評価されていく。だからこそ、思いを行為として示すことの大切さを強く訴えています。

AC ジャパン

社会の役に立つメッセージを広告として広める団体です。災害等の関係で、テレビ・ラジオで企業 CM が放送できないとき、この団体の公共広告 CM が代わりに放送されます。

東日本大震災（2011 年）の後、多くの企業が CM を自粛しました。そのためテレビでは、AC ジャパンの公共広告 CM がたくさん放送されました。その中の一つが『行為の意味』の公共広告 CM です。

曲を作られたお二人に埼玉キワニスクラブのコンクール担当者が個別にインタビュー

宮澤鏡一氏へのインタビュー

質問 なぜ、『行為の意味』を歌にしたかったか

答え 東日本大震災から15年たったが、中高生に心づかいや思いやりの心を大切にしてもらいたいのので、父の詩『行為の意味』を、歌にして届けたかった。

質問 さくまさんと共作して、いかがでしたか

答え さくまさんは非常にやさしく、その気持ちが親しみのある曲として、作ることができた。

質問 どのような人に聞いてもらいたいか

答え 主に中高生に聞いてもらいたいと思っていますが、いい曲なので、本当にたくさんの方に聞いてもらいたい。

質問 詩を愛好する中高生にメッセージを

答え 特に不登校で悩んでいる子どもたちに、この曲を送りたいと思っています。

宮澤章二が作ったこの詩を口ずさんで、お父さんやお母さんなどの思いやりと心づかいを感じて欲しいと思います。

私も審査員を務める MY ポエム（青春の詩）コンクールでは、中高生の詩を募集しますので、学校生活で感じたことや日常生活で感じたことなどを詩にして、ぜひ応募してください。

さくまひでき氏へのインタビュー

質問 最初に話があった時はいかがでしたか

答え びっくりしました。だって私の母校、吹上北中学校の校歌を作詩していた方と知っていたので。

そんな大先生と共作できるなんて本当に「音楽をやり続けてきてよかった」と思いました。

音楽家になりたいと思って夢を描きはじめてのもまさに中学校の時でしたし、

実は自分が3年生の時、卒業式で校歌を歌った時が一番涙が出たんです。

3年間友達と歌い続けてきたこの校歌と一緒に歌えるのは今日が最後なんだと思って

しかも、その日は1年も2年も全校生徒で今までにないくらい大声で歌ったんです。

「春の命を吹き上げて 我ら花咲く 自主の声」ではじまる校歌なのですが

この詩のように、いつでも自分の心の声を聞きながら音楽の夢を突き進んできたかがあると思っています。

本当に光栄です。

質問 宮澤章二氏の存在は？

答え 同じ埼玉県の誇りです。

しかも私の母もふるさとは羽生市ですので長い時をかけたご縁のようなものを勝手に感じています。

全国に誇る宮澤章二様の存在はこれからも沢山の詩を愛好する中高生の憧れであり続けると思います。

質問 曲でこだわった部分は？

答え 言葉も持っているニュアンスや伝えたいメッセージ、そして温もりを損なわないように、最大限に詩の素晴らしさを表現できるように作曲しました。

サビの部分はナインスの音程を使って、詩の広がりを出してみました。

質問 どのような人に歌ってもらいたいか？

答え 宮澤章二先生のように 詩を愛して、言葉を大切にできる中高生の人達やある意味埼玉県から生まれた詩であり、曲ですので大野知事や清水さいたま市長にも歌っていただけるとこの楽曲も喜ぶと思います。

質問 詩を愛好する中高生にメッセージを

答え 詩というものは、音符を付ける前提のものではないと思います。

そんな詩に今回はメロディをつけさせていただきましたが、

メロディがないままの方がいい時もあると思いますし

メロディがついてより詩の情熱が伝わるものもあると思います。

その後者になれるように精一杯の気持ちで作りました。

是非、詩を愛するみなさんに「歌いたい」と思っただけいたら嬉しいです。

そして、答えのない詩という世界に、あなたにしか書けない

あなたが答えを出せる詩を、自信を持って作って行ってほしいと思います。

行為の意味

作詞 宮澤章二

作曲 宮澤鏡一 さくまひでき

歌 さくまひでき

—あなたの<こころ>はどんな形ですか
と ひとに聞かれても答えようがない
自分にも他人にも<こころ>は見えない
けれど ほんとうに見えないのであろうか

確かに<こころ>はだれにも見えない
けれど<こころづかい>は見えるのだ
それは 人に対する積極的な行為だから

同じように胸の中の<思い>は見えない
けれど<思いやり>はだれにでも見える
それも人に対する積極的な行為なのだから

あたたかい心が あたたかい行為になり
やさしい思いが やさしい行為になるとき
<心>も<思い>も 初めて美しく生きる

—それは 人が人として生きることだ

行為の意味（さくまひでき）視聴アドレスとコード
https://tvs-creative.co.jp/event/0305_sakuma.mp4



行為の意味（インストルメント）視聴アドレスとコード
https://tvs-creative.co.jp/event/0324_sakuma_kara.mp4

