

2026 年 1 月 29 日

古古古米やミャクミャク、AI から推し活まで  
2025 年のさまざまな出来事を五・七・五で振り返ろう！

## 2025 年『サラっと一句！わたしの川柳コンクール』優秀 100 句決定！

第一生命保険株式会社(代表取締役社長:隅野 俊亮)では、2025 年9月から 10 月にかけて 2025 年『サラっと一句！わたしの川柳コンクール』(以下、サラ川)を実施しました。

### 2025 年の『サラ川』応募総数は 54,302 句！その中から全国優秀 100 句が決定！

今回は、物価高、AI、快進撃を続ける大谷選手など前年と同様の句のほか、古古古米や 2025 年ならではの語句で日常を詠んだ作品が優秀 100 句に輝きました。

また、2025 年も全国9団体の自治体や警察のみなさまと一緒に川柳で地元を盛り上げる『地元サラ川』を実施。各地域の個性溢れるテーマに沿って詠まれた作品が、あわせて 14,829 句集まりました。

そんな 2025 年の“サラ川”的頂点を決める投票受付を開始します。あなたの一票をお待ちしています。

### ■2025 年ならではの一旬

大阪・関西万博の公式キャラクターとして人気者となったミャクミャクや、初の女性総理大臣が誕生した自民党総裁選、SNS でバズった楽曲のワンフレーズなど、2025 年ならではの語句を巧みに使って身近な出来事を詠んだ句も優秀 100 句にランクインしました。

作品	雅号
ミャクミャクと 続く気配の 物価高	おとちゃん
物価高 惣菜戦の 午後6時	とんかつ
寝起きでも よだれまみれも ビジュいいじゃん	愛息子1歳くん

### ■AI 時代の到来、暮らしのあちこちに浸透中

生成 AI や対話型 AI が急速に広がり、身近な存在になりつつあります。便利さに感嘆しつつも、困惑する場面も増え、AI が浸透していることを実感します。AI と共に暮らす日常を、身近な視点でユーモアたっぷりに詠んだ作品が目立ちました。

作品	雅号
感涙の スピーチ書いたの AIです	世渡り上手
AIか？ 志望動機が 皆同じ	面接勘
AIに 相談してから 人に聞く	アサノ

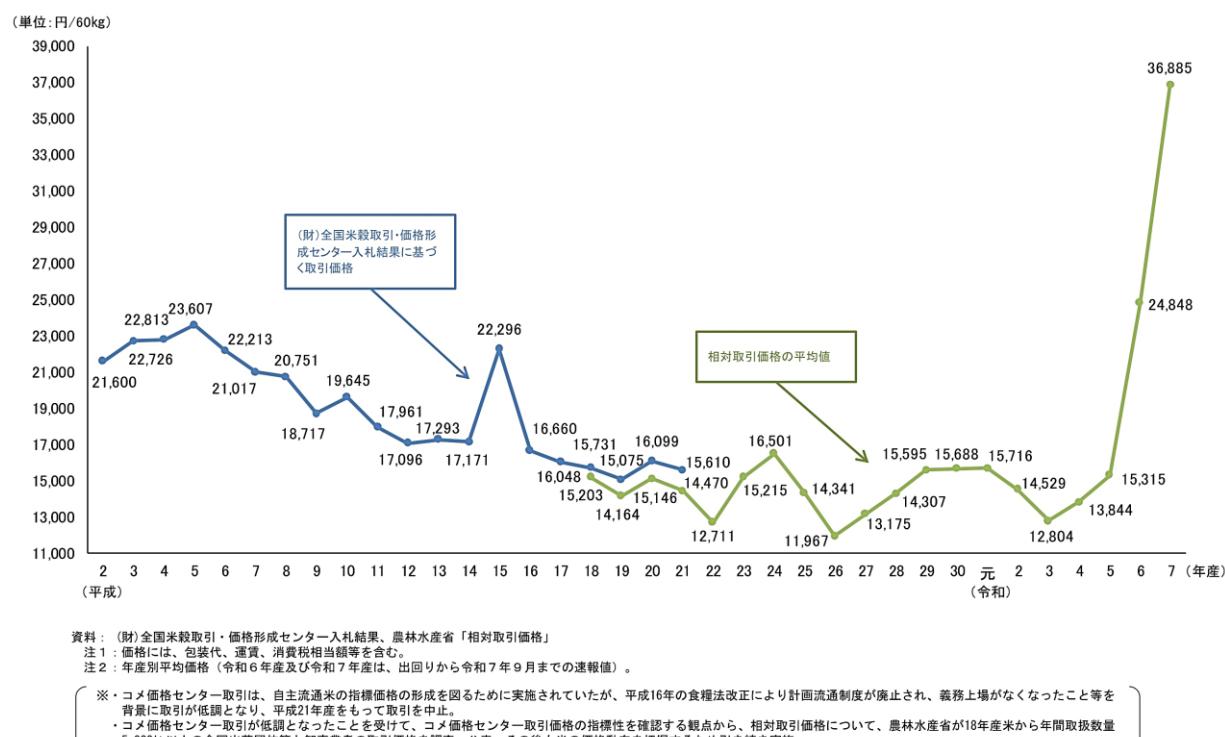
## ■古古米の行き着く先は？

日本国内で米不足が深刻化し、「令和の米騒動」では、ついに古古米まで登場。それでも価格は下がらず家計を圧迫<図1>。日本の米文化を揺るがす問題になっています。そのような状況をも笑いに変えたユーモラスな句が多く寄せられました。

作品	雅号
古古米と 言われぬように 自己研鑽	8番出口探し中
古古古米 家事新米の 僕が炊く	御茶 温子
古々々米 待てど暮らせど ここ、来まい	鉄鋼太郎

<図1>長期的な主食用米の価格の動向

### 長期的な主食用米の価格の動向



出典:農林水産省「米をめぐる状況について」(令和7年12月)[https://www.maff.go.jp/j/seisan/kikaku/attach/pdf/kome\\_siryou-279.pdf](https://www.maff.go.jp/j/seisan/kikaku/attach/pdf/kome_siryou-279.pdf)

## ■キャッシュレス決済でまさかの無一文に？

2024年に新紙幣が発行された一方で、スマホ決済などキャッシュレス化はますます加速。今では、スマホ決済が当たり前となり、財布よりもスマホが必要品となっています。しかし、その反面、電池切れなどの思わぬ落とし穴に遭遇してしまうこともあるようです。

作品	雅号
娘から 小遣いちょうどい PAYPAYで	まどばば
バッテリー 切れて使えぬ ペイ払い	ピアノカフェ
キャッシュレス 充電無くなり 無一文	ぱなっぷ

## ■急速に進むデジタル化！ジェネレーションギャップに苦笑い

行政手続きから買い物まで、至るところでデジタル化が進んでいます。便利な反面、覚えることの多さに四苦八苦。若い世代との“当たり前”の違いに驚いたり戸惑ったり…。思わず苦笑いしてしまう世代間ギャップを詠んだ作品が多数応募されました。

作品	雅号
テレビ見て スワイプしてる 三歳児	逆ペリカン
サンタから 置き配きたと 子がはしゃぎ	山宗雲水
おままごと 疲れてるから ウーバーで	配達人パパ

## ■“推し活”は若返りの特効薬

若者文化と思われがちだった推し活も、今やシニア世代まで広がっています。今年は、人生経験豊富な親世代・シニア世代が“推し”を見つけ、日々の活力にしている様子を詠んだ作品が寄せられました。世代を超えて推しを応援する姿は、微笑ましくエネルギーに満ちています。

作品	雅号
婆ちゃんを 乙女に変える 推しライブ	やんちゃん
気づいたら 子どもの推しが 我が推しに	わわママ
子は就活 妻は推し活 僕カツカツ	ワンコイン

## ■2025年『サラっと一句！わたしの川柳コンクール』投票受付開始！

2026年1月29日(木)より、全国優秀100句の中から2025年『サラっと一句！わたしの川柳コンクール』ベスト10を決める投票を実施します(3月18日(水)投票締切)。

【2025年『サラっと一句！わたしの川柳コンクール』特設サイト】

URL: <https://event.dai-ichi-life.co.jp/company/senryu/index.html>

# 「優秀 100 句」はこちら！

1	ミヤクミヤクと 続く気配の 物価高	おとちゃん
2	キヤッショレス 充電無くなり 無一文	ぱなっぷ
3	チャッピーを どこぞの犬と 勘違い	まっさん
4	テレビ見て スワイプしてる 三歳児	逆ペリカン
5	サンタから 置き配きたと 子がはしゃぎ	山宗雲水
6	古古米と 言われぬように 自己研鑽	8番出口探し中
7	物価高 惣菜戦の 午後6時	とんかつ
8	手かざすも 配車アプリに 先越され	Siri敷かれ夫
9	部下のため 送った説教 即いいね！	りんもり
10	デジタル化 進めましょうと 手間増える	ハードボイルドそば子
11	『どこ行くの？』『推し事です』と 言って去る	ポジティブ人生
12	パスワード 記録したけど 記憶なし	慢性疲労男
13	やめました タバコ義理チョコ 年賀状	つんいち
14	俺だって 100まで生きて 国宝に	さぶ爺さん
15	賃上げも むなしく消える 物価高	克坊
16	NISAより 推しに投資し 笑顔増え	ミファ
17	AIか？ 志望動機が 皆同じ	面接勘
18	婆ちゃんを 乙女に変える 推しライブ	やんちゃん
19	世の中の うまい話は まずいのよ	夢穂人
20	春と秋 実感できるは 花粉症	うらっこ
21	AIに 相談してから 人に聞く	アサノ
22	千円で お釣りが来ない ランチ時	パパはつらいよ
23	席どうぞ 喜ぶべきか 泣くべきか	たかちほ
24	孫に買う おもちゃの値札 そっと見る	さがおかづと
25	何故だろう？ ミヤクミヤク見た後 ミスド行く	リンクリング
26	終活が 妻の意向で 就活に	まーきん
27	孫来れば 備蓄米から 新米へ	まさよん
28	感涙の スピーチ書いたの AIです	世渡り上手
29	寝起きでも よだれまみれも ビジュいいじゃん	愛息子1歳くん
30	古古古米 家事新米の 俺が炊く	御茶 温子
31	定年後 家電の方が よく喋る	あーちゃん
32	デコピンは きっと俺より 高い飯	あんどらごら
33	帰宅後は 役職外れ 部下になる	ジーコ教
34	セルフレジ タッチパネルで 店主呼ぶ	思わず触れるくん

35	宿題は 五秒でチャチャっと GPT	Z世代
36	我が子より イデコ気になる 定年後	けごん
37	君の書く 文書じゃないな AIか?	無辜の権三郎
38	腹回り あっさり破る 自己ベスト	怪傑もぐり33世
39	パスワード 思い出せずに また初期化	おにぎり忍者
40	昇給が いつも負けてる 値上がりに	小梅小豆
41	挙手したが 肩が上がらず 気付かれず	現実逃避
42	我が社にも 退社代行 ついに来た	グレー企業
43	エアコンを つけろと言うが 電気代	熱中症
44	パパは、居る? パパは、いらない 娘 言う	杜若 あやめ
45	さびしさに アレクサに聞く 今何時?	濱ノ爺ジ
46	下つ腹 放出したい 備蓄肉	おもち
47	名幹事 お店選びは AIに	入社二年目
48	気づいたら 子どもの推しが 我が推しに	わわママ
49	物を買う 人はいるのに 人足りず	スーパー店長
50	キャッシュレス 増える決済 減る貯金	ちょきんばこ
51	歩けども 脂肪は減らず 腹が減る	還暦マダム
52	古々々米 待てど暮らせど ここ、来まい	鉄鋼太郎
53	観光地 国内なのに 異邦人	歌道
54	お父さん 話し相手は GPT	蟲の呼吸
55	夢に見た タワマン買った 夢を見た	るるねこ
56	昼休み 株と大谷 確認し	自称イケオジ
57	調子どう あなたじゃなくて オオタニサン	松子
58	推し活で 終活しばし 休む祖母	ナンサン
59	子の疑問 親よりスマホ 答え出す	かしれりばーば
60	AIの 頑張ったね!に 涙する	ばわあ
61	伝説は むかしは河童 いま翔平	置楽
62	娘から 小遣いちょうどい PAYPAYで	まどばば
63	寒い冬 風邪はどこから 財布から	雨海正和
64	米だけは ちやほやされる 新米が	カワサン
65	強力な パスワードでも 記憶なし	キタキツネ
66	嗜好品 家にあるのは 試供品	はなだけ
67	働いて 家族扶養し 俺不要	しゃちくん
68	自販機が 冷たく返す 新紙幣	しおこんぶ
69	のばしたい 健康寿命と 顔の皺	とんとんちゃん
70	我が娘 父に頼らず gemini聞く	頼りない父

71	家事育児 通勤時には 電池切れ	観葉植物
72	コメほしい SNSも 食卓も	やん
73	FIREを 夢見る今は 火の車	コタラフ
74	遺影にも 加工ほどこし デジタル化	みび
75	タイバ説く 社長の訓示 1時間	テクノボー
76	宿題は 父親よりも AIに	こん太
77	子は就活 妻は推し活 僕カツカツ	ワンコイン
78	AIが 妻の肩もち 僕ピンチ	時実たかし
79	メリクリで 使ったものは メルカリへ	しばいぬつー
80	おままごと 疲れてるから ウーバーで	配達人パパ
81	孫の声 スマホ越しでも 花が咲く	さくら
82	大好物 小さくなつて リニューアル	セロトニン
83	体力を つける体力 既になし	けんちゃん
84	晩御飯 おかげ一品 薬五種	みゆきち
85	あの頃な みんながマスク あのコロナ	なるくるパパ
86	バッテリー 切れて使えぬ ペイ払い	ピアノカフェ
87	習い事 子よりも親が 熱に入る	ひろやまみの
88	コンプラで もう話せない 武勇伝	タヌとクマ
89	誤字脱字 不審メールと 疑われ	漢字ニガテ
90	ロマンスは 昔は神様 今は詐欺	ミルキー
91	伸びしろが 伸びないうちに 50歳	塩むすび
92	進歩を 聞かれ固まる 画面ごと	凍結堂
93	キャッシュレス アプリ開かず タイムロス	針太郎
94	寒そうな 脚の心配 する側に	ゆうやん
95	レジ並び セルフと気づき 後ずさる	こば爺さん
96	物価高 晩酌減らし 健康に	コゲたフランスパン
97	父となり 父の背中を また見たい	とりとり
98	墓じまい 家系の末路 ハ力ないよ	仕方ないニヤ
99	朝活で 疲れて昼寝 焦る夜	そう太郎
100	ポイントを 気にするあまり ついで買い	なまやつはしポン太

※川柳・雅号は、すべて応募者の表記にしたがっているため、一部当て字等での表記で掲載しています。また、作品の著作権は、すべて第一生命に帰属しています。無断での転載、使用はご遠慮ください。

※No.61、90は地元サラ川入選句です。

## ■特別企画「やきにく川柳」優秀賞決定！

今回は、家族や友だちと一緒に食べると楽しい「やきにく川柳」を開催しました。ほっこりしたり、食欲をそそられたり、思わず笑える句がサラ川ファンのみならず、やきにくが大好きな皆さまからもたくさん寄せられました。「今夜は、やきにくが食べたい！」と思ってしまう選ばれし作品は、ミラシル by 第一生命と公式 X で公開中！こちらもお見逃しなく。

URL: <https://mirashiru.dai-ichi-life.co.jp/article/1502846>

公式 X: [https://x.com/daiichilife\\_QOL](https://x.com/daiichilife_QOL)

## ■ご当地版サラ川『地元サラ川(ジモサラ)』入選作品発表！

「サラ川」を活用し、地方創生の一環として、全国の自治体・警察と協働で行なっているご当地版サラ川『地元サラ川(ジモサラ)』を実施しました。

今年度は全国から9団体(自治体・警察等)が参加。毎年恒例のテーマである「お国自慢」や「詐欺撲滅」、「SDGs」など各都道府県ならではのテーマで詠まれたユニークな作品が寄せられました。

詳しくは、同日発表のニュースリリースをご参照ください。

URL: [https://www.dai-ichi-life.co.jp/company/news/pdf/2025\\_039.pdf](https://www.dai-ichi-life.co.jp/company/news/pdf/2025_039.pdf)

### 《2025年『サラっと一句！わたしの川柳コンクール投票』 詳細》

#### ■投票期間

2026年1月29日(木)～3月18日(水)

#### ■投票方法

第一生命ホームページから投票を受け付けています。

第一生命担当者がお届けする専用の「投票用紙」からも投票が可能です。

パソコン/スマートフォンからの投票

URL: <https://event.dai-ichi-life.co.jp/company/senryu/index.html>

#### ■投票者に抽選で素敵なプレゼント(総計 700名様)

- |                          |       |
|--------------------------|-------|
| ・A賞 流氷明け ボイル毛がに          | 50名様  |
| ・B賞 レコルト 自動調理ポット         | 50名様  |
| ・C賞 群馬「花山うどん」鬼ひも川3人前つゆ付き | 500名様 |

お知り合いを紹介でWチャンス！

今回、投票していただける方をご紹介ください！

ご紹介いただいた方に抽選でプレゼント！

・Wチャンス賞 ゴディバ パティスリー アソートメント 8個×2セット 100名様

※賞品は選べません。

## ■ベスト10発表

2026年5月下旬に、第一生命ニュースリリース、ホームページおよび第一生命担当者がお届けする「サラ川ニュース」にて発表予定です。

発表時期は変更となる場合があります。

## ■注意事項

- ・第一生命での契約の有無にかかわらず投票できます。ただし、投票できる方は成人に限ります。
- ・投票はホームページ、または投票用紙から、お一人さま一票限りとさせていただきます。
- ・第一生命の社員ならびにその家族は投票できません。
- ・第一生命が同時期に実施するキャンペーンと重複しての当せんができない場合があります。
- ・事情により、予告なく本投票の内容を変更または実施を中止する場合があります。
- ・当せんの発表は、賞品のお届けをもってかえさせていただきます。
- ・第一生命のキャンペーンでは、応募時にクレジットカード番号などの入力を求めるとはありません。

C25-076-0242(2026.1.22)