

美しい文字は一生のたからもの。ペン字が最速で確実に上達する  
『50の法則で美しい文字が書ける ペン字練習帳』10/30 発売

50の法則で美しい文字が書ける  
ペン字練習帳  
鈴木啓水著

花鳥風月  
こぼれ桜  
花笑みの季節  
青時雨  
麦日秋  
夕顔の花  
秋のメロディー  
雪月花  
初霜の便り  
豊の雪

自分の字が好きになる！  
字を書くのが楽しくなる！

株式会社高橋書店（本社：東京都豊島区、代表取締役：清水美成）は、2024年10月30日（水）に『50の法則で美しい文字が書けるペン字練習帳』（著：鈴木 啓水）を全国の書店・オンラインストアで発売しました。

「年賀状を手書きで書きたいけれど字が汚いからなあ」と諦めている方に朗報です。誰でも効率よく、確実に美文字が習得できるペン字練習帳ができました。

本書では「美文字」になるための50の法則を紹介しています。文字の練習が初めての方にも、短時間で上達したい方にも、それぞれのご要望に合わせた練習法を掲載しているので、誰でも確実に美文字になることができます。

「必修」と「応用」。自分のペースで学べる！

私たちが美しいと感じる文字のベースは、中国初唐時代の書の名人たちの美文字にあります。本書では、これらの文字や古くから日本で書かれてきた美しい文字等を徹底的に分析し、その特徴を50の法則にまとめました。「法則」を理解することでだれでもペン字が上達します。左ページは「必修」、右ページは「応用」とわけました。最速で美しい文字になりたいという人は、まずは左ページだけでもOK。じっくりと確実に美しい文字になりたいという人は右ページも練習しましょう。

**法則 10**  
漢字

横画は  
やや右上がりに書く

横画はやや右上がりに書くと安定します。漢字では縦画よりも横画の方が多く、横画をもつ字は非常に多いので、この法則をマスターするだけでも字の印象はかなり変わります。

一画目はそっと書いて右上がりに  
二画目の横画も右上がりに  
最終画は右上がりながら、ややしなせて最後は水平に

右上がりの横画を書いてみましょう  
なぞりましょう  
同時に書かしましょう

三三三  
正正正  
二二二  
王王王

038

土	土	土	五	五	五
立	立	立	干	干	干
工	工	工	夫	夫	夫
主	主	主	生	生	生
共	共	共	牛	牛	牛

039

**必修 ↑**  
法則の基礎をおさえ、理解を深める

**応用 ↑**  
法則が身に付き、ポイントがわかる

# おさらいページで着実に身に付く

ひらがな 1~7 おさらい

ひらがなの法則を思い出しながら、書いてみましょう。

こ	こ 2本の横線、2本の縦線は市井がいちように書く	い	い 2本の横線、2本の縦線は市井がいちように書く
よ	よ 横ひし形と縦線が揃ると美しい	な	な 横ひし形と縦線が揃ると美しい
ろ	ろ 内側に傾いているものは一筆で書ける	と	と 内側に傾いているものは一筆で書ける(みなり)
つ	つ 1. 払いの横線が斜めになる(右回り・左回り・直線を書く)	の	の 1. 払いの横線が斜めになる(右回り・直線を書く)
う	う 横線が斜めになる(直線・斜め)は、縦い線が揃うと美しい	さ	さ 字の右側の傾きがポイント

クイズ

1 「天」の形を打ってみましょう。

2 「日」の横線を書いてみましょう。

3 結びの形を覚えて「よ」を書いてみましょう。

はじめまして	ありがとうございます
はじめまして	ありがとうございます
ごめんなさい	おはよう
ごめんなさい	おはよう

  

こんにちば	さようなら	ばんばつて
こんにちば	さようなら	ばんばつて
こんにちば	さようなら	ばんばつて

「法則」を学んでも、忘れてしまった場合は美文字への道が遠のきます。本書では、いくつかの法則を学んだら、振り返って練習できる「おさらい」を設けました。忘れていたところを復習して、美しい文字へ上達を促します。

既存のペン字練習帳よりも横書きを多く掲載。ビジネスシーンや季節の挨拶、一筆箋など実践で使える実用例文を掲載しています。製本形式や用紙にもこだわり、気持ちよく練習できるようにしました。

法則 49

生活

ハガキ

ビジネス

表書きは相手の氏名から書く

ハガキや封筒の表書きは、まず一番大きな相手の名前から書くようにしましょう。

株式会社

株式会社

御中

2006387

東京都品川区西が丘五三六

株式会社 50×ソツド

営業部長

清水健太様

中央区北町三丁目1-1

シャインプラン株式会社

松岡裕美

20063572

大阪市麻生区片町

4-17-3 グリーンコート306

岸谷ゆかり様

神戸市野沢8-2-5

白石 遼

## 【もくじ】

- 1章 ひらがな      結びは形と位置が決まると美しい/字の外形の特徴をつかんで書く 他
- 2章 カタカナ      左払いもしっかり打ち込み、勢いよく払う/はねや払い上げは角度がポイント 他
- 3章 漢字          横画はやや右上がりを書く/縦画は垂直に書く/右払いは一旦とめてから払う 他
- 4章 ローマ字・数字      ローマ字、数字は高さをそろえる
- 5章 文章          漢字は見た目の印象でバランスを変える/字間はつめ、行間は広くする 他
- 6章 生活          表書きは相手の氏名から書く/全体のスペースを見ながら書く

## 鈴木啓水 (すずき けいすい)

1948年東京都生まれ。啓友書道会主宰。文部科学省後援硬筆書写検定・毛筆書写検定東京都審査委員。全日本書文化振興連盟副理事長。『楷・行・草 ポールペン字 三体字典』(菅原書房)、『えんぴつで楽しむ古典の名文』(一ツ橋書店)、『ポールペン字基本練習帳』(日東書院)ほか著書多数。

## 【書誌情報】

『50の法則で美しい文字が書ける ペン字練習帳』

定価 1,100円(税込) ページ数 160 判型 A4変形 ISBN 978-4-471-18188-8

【当りえに関するお問い合わせ先】株式会社 高橋書店 広報部

TEL : 03-5957-7061 FAX : 03-5957-7079

〒170-6014 東京都豊島区東池袋 3-1-1 サンシャイン 60 14F MAIL : k\_koukoku@takahashishoten.co.jp