

481	一肌脱ぐ ひと はだ ぬぐ	人のために本気になり力を貸す。
482	一人(独り)相撲を取る ひとり (ひとり) ずもう と	相手がいない、または相手にされていないのに自分一人で気負ってことに取り組む。また、その結果徒労に終わる。
483	火に油を注ぐ ひ に あぶら を そそ	激しい勢いのものに、さらに勢いを与える。
484	非の打ち所がない ひ の うち ところ が ない	完全・完璧で少しの欠点もなく非難するところがない。
485	火の車 ひ の くるま	経済状態が苦しくやりくりに困っている。
486	日の目を見る ひ の 目 を みる	今まで知られていなかったものが、ようやく世に認められる。
487	火花を散らす ひばな を ち	互いに激しく争う。
488	火蓋を切る ひぶた を き	戦いや争い、競争を始める。
489	冷や飯を食う ひやめし を くら	冷たく扱われる。
490	氷山の一角 ひょうざん の いっかく	大きな物事のほんの一部分。
491	ピリオドを打つ ピリオド を うち	それまで続けてきたことに決着をつける。
492	火を見るより明らか ひ を みる より あきらか	疑う余地もないほど明らかである。
493	ピンからキリまで ピン から キリ まで	最高から最低まで、または、最初から最後まで。
494	風雲急を告げる ふううんきゅう を つげ	大きな出来事が起こりそうな、さしせまった状態であること。
495	風前の灯 ふうぜん の とう	危険が迫り、今にも減んでしまいそうな様子。
496	袋の鼠 ふくろ の ねずみ	追い詰められて逃げられない状態。
497	筆が立つ ふで が た	文章を書くのが巧みである
498	腑に落ちない ふに お	納得できない。合点がいかない。
499	へそが茶を沸かす へそ が ちゃ を わ	ばかばかしくて仕方がない。または、おかしくてたまらない。
500	へそを曲げる へそ を ちや	機嫌を悪くして意地を張る。また、わざと意地悪をする。