新潟県リコーダー教育研究会　会報　Ｈ２７－３号
平成２８年３月２２日(火)　発行

# さえずり

会長　小池　純夫
(南魚沼市立塩沢小　教頭)

## 継続の力、継続させる力

**副会長　嶋見　靖之**

私が勤務する県立佐渡中等教育学校では、１～３年生が「能楽」に取り組んでいます。佐渡出身で宝生流師範の神主弐二先生の指導を受け、生徒は堂々と謡えるよう稽古をし、２月６日には学習発表会で成果を披露しました。先生方も懸命に支援していました。

２年生の演目「胡蝶」の舞囃子で、シテ方の生徒は舞も披露しました。開校して８年間の中でこのように本格的に能の取組を始めた生徒が何名もいます。神主先生の専門的で温かい指導、そして一人一人を見て激励する姿勢が、稽古のつらさを乗り越えさせ、ひいては能を続けてみようと思う生徒を輩出するのだと思いました。演目の選び方も工夫しています。佐渡の能楽を若者につないでいこうという神主先生の「情熱」が感じられます。８年間を経て、能楽が当校の生徒にとって誇りに思える取組になっています。

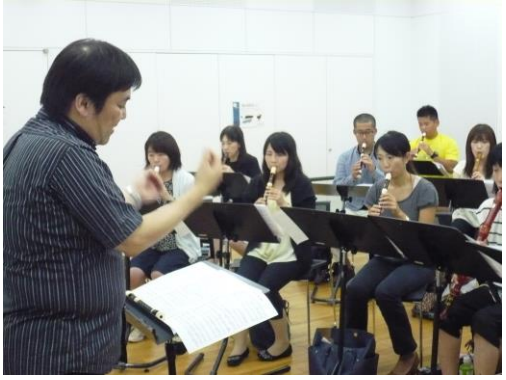
ところで、佐渡地区リコーダー教育研究会は、今年度創立３０周年を迎えました。１月２４日の佐渡地区リコーダーフェスティバルで、私は、リコーダーを演奏した児童・生徒、学校関係者、応援してくれた保護者・地域の方々への感謝を述べ、「リコーダーをやってよかったと思える人が親になって、その子が取り組み始めて、世代をつないでいく、それが見えてきた。この 30 年間の活動の成果です。」とあいさつをしました(「島の新聞」99 号より)。一般のグループが増えてきたのも特徴です。また、会のフェイスブックのアクセス数も予想以上に多いです（是非アクセスしてみてください)。時と場所を超えた多くの人との「つながり」が継続させる力となり、継続の力を発揮させていると感じました。

一人一人の「情熱」と人と人との「つながり」、これらによって生み出される「継続させる力」が新たな「継続の力」を生んでいく。このような好循環を会員の皆さんとつくっていきたいと思っています。

追記　第３０回記念佐渡地区リコーダーフェスティバルでは県リコ研から小池会長はじめ９名の皆さんが来島し賛助演奏をいただきました。また、県リコーダーコンテストに出場されている庭野宏樹さんから記念演奏をしていただきました。この場をお借りし厚くお礼申し上げます。

# 秋季例会に参加して

編集　吉村 智宏(長岡市立表町小学校)



９月５日(土)、金子健治先生を講師にお招きして、秋季の例会がありました。日本のリコーダー教育、音楽教育を牽引されている方にご指導いただける貴重な一日でありました。

例会では、金子先生から、ご自身の曲を含む多くのリコーダー曲を紹介していただく場でもあります。今回も、「もみじ」「モルダウ」「日本民謡メドレー」等、リコーダー初心者も熟達者も楽しめる楽曲に出会うことができました。基本的に、私たちが演奏し、金子先生から演奏や楽曲に関する指導をいただきます。指導の言葉をいただく度に、アンサンブルがよくなっていくことを感じます。時に、笑いを取られ、緊張もほぐれ、より柔らかく、良いサウンドになっていきます。そして、一体感が生まれてきます。リコーダーを通し、私たちが繋がっていくことを感じます。

指導をいただく言葉一つ一つも、笑いも、どちらも私たちの癖や状態を瞬時に捉えたものです。その姿は、現場で子どもを指導している私たちに通じるものがあると感じました。演奏をしながら、「金子先生は、現場のこと、子どものことをよく考えていられる。」と、勇気づけられる思いになりました。

今回いただいたご指導で、特に心に残ったことは、「右手親指のポジション」と「サミングの技法」のことです。これらは、リコーダーを指導する上で、基礎的・基本的な技能です。しかし、私たち指導する大人も、実際の場面で疎かにしていたことではないでしょうか。「右手のポジション」は、リコーダーを初めて学習する３年生が、ファやミの音を吹く場面で学習しますが、丁度秋ごろに取り扱うことが多いです。場合によっては、音楽祭などで学習することもあるでしょう。いずれにしても、校務が多忙な時期です。私などはつい、「ファの運指はこうです。」などと、「運指を教えてよし」としてしまうことが多かったように感じています。しかし子どもにとって、ファやミは「これまでと異なる指使いをする点」「息の入れ方が難しい点」などで、困難を要するところです。子どもによっては「リコーダーが嫌い!!」にもなりかねません。そんな時ほど、丁寧に、それこそ右手親指のポジションから指導していく必要があると強く感じました。

「サミングの技法」についても同様です。サミングは４年生で初めて習うことが多い技法です。サミングには、親指を曲げ、爪を立てる技法と、親指を滑らせる技法の二つがありますが、その違いや、より適切な方法の指導はあいまいにしていることが多いように感じています。滑らせる方法の方が、やりやすさがありますが、高いラの音を出す時に、正確に音が出ないことがあります。そこは、しっかりと親指を曲げ、爪を立ててサミングすべきです。やはり、私たち教員がしっかりと理解し、丁寧に指導していく必要があります。

この２点からみても、金子先生は現場や子どものことを考え、私たちにご指導してくださっていることが分かります。

演奏すること、学ぶこと、笑うことで、あっという間の２時間でした。本当に贅沢な時間を過ごすことができ、温かな気持ちになりました。

# 第41回　新潟県リコーダーコンテストに参加して

**妙高市立妙高高原中学校　岡田　明**

私の音楽科授業では、リコーダー演奏を重要な指導内容のひとつとして位置付け、年間を通してカリキュラムに組み込んでいます。毎年、１・２年生に対する授業のオリエンテーションで、リコーダーコンテストに出場したい生徒を募集します。本年度は、音楽が好きで吹奏楽部にも所属している４名が希望しました。吹奏楽部では、それぞれクラリネット、サックス、チューバ、パーカッションを担当している生徒です。１人はソロでの参加を希望し、３人はアンサンブルでの参加を希望しました。

吹奏楽部の生徒がリコーダーで音楽を表現することは、大変意味があることだと、私は考えています。リコーダー演奏では、音の反応の速さや音程感、息圧やタンギングのデリケートな強弱表現、微妙な音のニュアンスを感じ取る感覚など、音楽を表現する感性を呼び起こすことを期待できます。コンテストへの参加を希望した生徒は、２学期になって曲目を決め、自分たちで時間を見付けて練習していました。私がレッスンをしたのは、１１月６日の吹奏楽部の定期演奏会が終了してからでしたが、ソロの生徒は、楽器も新調して嬉しそうに音楽表現を楽しんでいました。また、アンサンブル組も吹奏楽で使う楽器より遙かに繊細でデリケートな音楽表現（本校は，マーチングもやるので、かなり派手な音楽表現も頻繁にあります）に戸惑いながらも仲良く楽しんで練習していました。

リコーダーは、手軽に演奏できますが奥が深く、音は安易に出ますが良い音はなかなか出せません。表現の幅が狭そうですが限りない広さを内在しています。楽器も作り手や材質による違いがはっきり認識できますし、手にした楽器が自分自身の感性を呼び起こしてくれる魅力満載の楽器だと感じています。今回、コンテストにソロで出場した生徒が楽器を購入するにあたり、楽器屋にキュング、メック、モーレンハウエルでソロ用にグラナディラ、黒檀、ボックスウッドを揃えてもらい試奏しました。どれもプロが選定した楽器だったので、私が吹いても首をかしげる楽器はありませんでした。私自身も購買意欲をそそられるほどの楽器もありました。初めて楽器を選定する中学２年生の生徒は、そんな４本の楽器を、迷わずに１本に決めました。自身の求めている音が、そのリコーダーに内在していることを即座に判断した生徒の感性に感心すると同時に、改めてリコーダーという楽器の魅力を感じた瞬間でした。

今回のコンテストでは、当日に他校の素晴らしい演奏を聴かせていただいたことも含め、大変有意義な経験となりました。今後もこの素晴らしい音楽体験を広め、より多くの生徒に体験させたいと思います。そして、リコーダー演奏の魅力が益々広がる事を心から願っています。何より私自身、リコーダーが好きです。今年は、私のリコーダーコレクションが、また１本増えそうな予感がしています。

**妙高市立妙高高原中学校　２年　吉村みなも**

私は吹奏楽部でチューバを担当しています。今回、リコーダーコンテストに出場しようと思ったきっかけは、吹奏楽とリコーダーがどのように違うのかを知りたいと思ったからです。

今回初めてテナー・リコーダーを吹きました。吹いてみて、テナー・リコーダーの音が好きになりました。それは、ソプラノやアルトとは違うやさしい感じがするからです。

３人で合奏する時間があまりない中、一回一回の練習を大切にし、どうしたらよりよい演奏ができるか、３人で考えました。吹奏楽ではできることが、リコーダーではできないなど、吹奏楽とは違う音楽表現が多くてとても大変でした。しかし、今回の出場を通して、リコーダーにはとても深い世界があることを知ることができました。

**妙高市立妙高高原中学校　２年　山﨑美徳**

私は小さい頃から姉の影響でリコーダーを吹き始め、暇さえあればソプラノ・リコーダーで好きな曲を吹いていました。中学校の音楽の授業でリコーダー・コンテストがあることを知り、大好きなリコーダーのソロで出場したいと思いました。先生に相談して「テレマンのファンタジー1番」に演奏曲を決めました。

初めは、プラスティックの楽器で練習していましたが、イメージ通りの音がうまく出せませんでした。そこで岡田先生に相談したところ、「木のリコーダーの方が良い」とアドバイスを受けました。先生が用意してくださった中から、音の輪郭や切りかわりがはっきりしていて、息を吹き込んだとき、適度な抵抗感がある楽器を迷わず選びました。楽器を手に入れた後、木の楽器の扱い方や育て方を知りました。コンテストまで２週間しかありませんでしたが、毎日少しずつ吹き込んで、自分だけではなく、楽器も一緒に成長していく実感をもつことができました。残念ながら本番までに楽器を育てあげる事はできませんでしたが、
これから自分の技術も楽器も育てて、また次の大会に挑戦したいと思います。

## 県リコーダーコンテストに参加して

**羽茂リコーダーサークル　海老名　由美**

リコーダーサークルを立ち上げて８年目の冬。荒海で船の就航が心配される中、初の海外遠征（笑）

中学時代に県のコンテストで金賞を受賞し、全日本を経験したメンバーにとって、コンテストへの想いは特別なもの。県のコンテストで金賞獲得の為に必死で練習した記憶と、自分たちがコンテストに参加できるレベルの演奏ができるのか、という不安からコンテスト出場は夢のまた夢でした。高校生から子育て世代まで所属するサークル

では、宿泊を伴う遠征も容易ではありません。そんな中、私たちの背中を押してくれたのは、佐渡地区リコーダー教育研究会の先生方で「コンテスト出てみたら！」の言葉でコンテストへの想いは強くなり、出場を決意。初出場で金賞と全日本への出場権を頂き、表彰式では驚きと、嬉しさと、東京行きの旅費どうしよう…と考えていたら、誰もいない方向へお辞儀してしまい恥ずかしい思いもしました。
全日本では、私たちの活動を応援して頂いた方々の想いも連れて、思う存分自分たちの演奏をしてきたいと思います。

## リコーダーコンテストに参加して

**羽茂リコーダーサークル　　葛西ゆき子**

念願だった新潟県リコーダーコンテストに羽茂リコーダーサークルとして初めて参加させて頂きました。
サークルのメンバーは全員中学生の時にリコーダーコンテストに出場した事がある人ばかりです。「また、コンテストに挑戦したい。」という気持ちがありましたが、「実現するには程遠い（でもいつかは…）」と毎年見送っていました。しかし、昨年まで中学生だったメンバーが、「今年もコンテストに挑戦したいです！」という強い発言があり、それが後押しとなって実現となりました。
サークルの代表の海老名さんが指揮をとり、週に一度の練習に打ち込みました。それぞれ仕事をもっているので、全員集まって練習できる時間が少なく、不安なままでのコンテスト参加となってしまいましたが、毎年の積み重ねと、リコーダーを仲間で楽しむ、という気持ちで乗り切ったように感じました。
私としては、２６年ぶりのコンテストでしたが、演奏を終えた時の気持ちの良さは、変わりませんでした。これからもこの仲間でリコーダーを続けていきたいです。

## リコーダーの息づかい　第１回
## ～　イントロダクション　～

**リコーダー奏者　太田光子**

新潟県リコーダー研究会のみなさま、こんにちは。
リコーダー奏者の太田光子です。
みなさまは日ごろリコーダーを吹いていて、もしくはリコーダーの指導をしていて、こんなお悩みはありませんか？
・曲の終わりの音がどうしてもゆれてしまう。
・かけたくないのに、ビブラート（らしきもの）がかかってしまう。

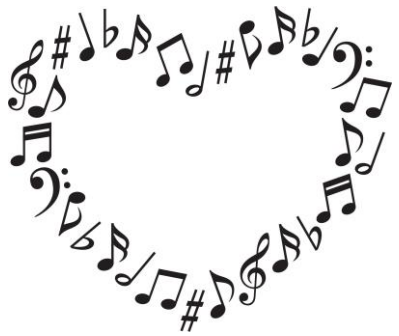
・同じ楽器を吹いても、自分の音はなんだかヘナヘナと弱々しくなってしまう。
・その解決策として息をたくさん吹き込んでみたら、雑音の多い汚い音になってしまう…等々。

揺れず安定して、伸びやかな音で吹きたい。
なのに、これらの問題が壁のように立ちはだかって、できない！
あぁ、じれったい！
このジレンマに悩まされているリコーダー愛好家の方々は、決して少なくないと思います。

実際、今現在リコーダー愛好家の方々やリコーダー専門生、時にはプロ奏者の方々のレッスンをしている際にも、大変多く見られるお悩みです。
かくいう私自身も、リコーダーの勉強を専門的に始めた最初の数年間は、音の「ゆれ」をコントロールできませんでした。例えば曲の終わりの音等、まっすぐに伸ばして、音程もビシッと決めたい！と思っても、思わず揺れて、なんとも不安定で情けない終止音になってしまうのです。

新潟県リコーダー研究会の先生方とお話をさせていただいた際にも、やはりこの話題が出ました。お話を進めていくうちに、「リコーダーの息の使い方」をはじめ、「リコーダーで音楽をステキに演奏する」ためにはどういう息を使えばいいのか、分かりやすく教えてほしい、と、今回の原稿依頼をいただきました。

そこで今回から数回にわたって、私の経験を元にリコーダーを吹く際の息の使い方についてお話してまいります。私が実際にしていた「息の練習」の具体的な方法とその効果、今現在私のレッスン室で息について実際に行なっている実践的な内容を、この紙面上で「生きたレッスン」として再現できれば、と思っております。
実は、周りのリコーダー奏者の方々に「リコーダーの息」についてご意見を聞いてみると、その考え方も、レッスンの方法も十人十色！それぞれの息についての考え方や使い方、教え方をなさっています。ですから、ここは思い切って普段の私の教え方を貫きたいと思います。



最初にお断りしておきますと、実用面を重視しているため「息についての論考」や、息を使う際の体のしくみを述べるつもりはありません。「管楽器の呼吸法」というと、腹筋、横隔膜、腹式呼吸・・・などの言葉が浮かびます。しかし腹筋といっても、おなかの前の方にも横の方にも多くの種類がありますし（そしてそれらを私は知りませんし）、呼吸に使う筋肉の名称やその動き方を明らかにしたところで、まっすぐな良い音が出せる、というわけでもないでしょう。「さぁ、ここで内腹斜筋を収縮させて！」と言ったところで、ピンとくる人はいるのでしょうか？いらっしゃるのかもしれませんが、私には無理です！人体の仕組みの専門家でもない私にはナンセンスであり、そのアプローチではとても説明し切れません。

私のレッスンでは、長い音がどうしても揺れてしまう生徒さんに、まずは「自分から客席まで届く、虹を出して」と言っています。その一言でポーンと伸びやかな

音になる、想像力豊かで勘のいい生徒さんもいれば、「えっ？に、に、虹出すんですか？？？それって具体的に何するんですか？」とビックリして困る生徒さん、まぁいろいろなタイプがいらっしゃいます。
そのような、レッスンでの実体験もお話していきたいと思います。

それでは、次回からさっそく、まずは私がリコーダーを始めた頃からから約 20 年くらいほぼ毎日行なっていた息の訓練の具体的な方法について、お話してまいります。

これから数回にわたり、楽しくお付き合いいただけましたら幸いです。
みなさまにとって、「生きた“息のテクニック”」となりますように！

## 【編集から】

太田先生から、「リコーダーの息づかい」について、連載で原稿を執筆していただけることになりました。
そこで、みなさんにお願いがあります。毎回、感想をお寄せください。また、息づかいについての質問や悩みも寄せていただきますようお願いします。書き手と読み手、双方向でつくる「リコーダーの息づかい」にしたいと太田先生はおっしゃっています。みなさん宜しくお願いします。宛先は、こちらへ。お名前を添えてお願いいたします。→mitu3tu@gmail.com。

## ＜＜編集後記＞＞

今回の第３号の発行が、編集担当の都合等で、大幅に遅れてしまいました。およそ半年前の秋季の例会の感想から、コンテスト出場の感想、そして、今回、執筆を快諾してくださいました、太田先生の原稿まで。盛り沢山の内容で充実した会報ができました。太田先生を始め、原稿を執筆してくださいました皆様に、改めて感謝申し上げます。ありがとうございました。
途中にも触れました、太田先生の「リコーダーの息づかい」についての感想・質問・疑問・要望等を是非お寄せ下さい。太田先生とともにつくるコーナーにしていきたいと思います。宜しくお願いいたします。

◆　投稿・問い合わせ等も、こちらにお願いします。(*^。^*)
mitu3tu@gmail.com　／　080-3322-1776 です。**編集　樋熊**
**編集担当　児玉禎明（ホームページ）・吉村智宏・樋熊三津男**