

## VII 平成28年度講演会

日 時 平成29年1月27日(金) 14:00~16:30

会 場 県立高崎高等学校 翠巒会館

### 1 開会行事

- (1) あいさつ・講師紹介 上田 裕信(県高等学校教育研究会音楽部会会長)
- (2) 会場校長あいさつ 佐藤 功(県立高崎高等学校長)

### 2 講演

講師：堺 武弥 先生(指揮者)

演題：指揮法ワークショップ 「授業で使える！部活で使える！指揮法講座」

指揮は音楽表現を深めるために有効で、先生方は授業や部活動、学校行事など多くの場面で指揮の技術が求められる。指揮法の基礎から実際の演奏に至るまで、参加部会員一人一人の指揮から課題を発見し、全員で学び合う実践的な講演となった。

#### (1) はじめに

指揮には様々なテクニックがあり、それによって音が引き出される。しかしそれだけではなく、演奏者に活力を与えてやる気にさせる役割もある。リラックスし楽しく演奏できるような雰囲気づくりも指揮者にとって重要なことである。テクニックを身に付ける前に大切なことは「脱力」で、指揮者の「脱力」が演奏者をリラックスさせることにも繋がる。「脱力」ができれば、指揮の8割ができたと考えてよい。

#### ○ストレッチ1

2人組で前後に並び、前の方は両肩に手をのせる。後ろの方は前の方の肘を持ち前回し8回、後ろ回し8回2セットをテンポ80でやる。ポイントは、前の方は脱力し腕の重みを全て後ろの方に委ねる。前回しは副交感神経の働きが有効になり、後ろ回しは交感神経が働く。交感神経は前向きにやる気にする効果があるので、後ろ回しでストレッチを終えると良い。

#### ○ストレッチ2

前の方は両肩に手をのせ、前で肘同士が重なるようにし、後ろの方が前の方の両肩に手をのせ肩の付け根に力を加える。これ以上前に行かないところで更に3回圧力を加える。両肩に手を置いたまま肘を後方に寄せ、これ以上後ろに行かないところから更に後ろに3回圧力を加える。

#### ○脱力

一人が下向きに軽く前屈し、もう一人が肩の付け根を指3本くらいで押す。腕がブラブラになるように脱力した状態から、少しずつ力を入れて腕の動きが止まるまでが腕の遊びの部分と言われている。利き手の肩の遊びが少ないことが多い。腕が止まる直前の感覚で指揮をする。



- ・上で振ると下で振る違い。(音の軽さ、重さの比較)
- ・手首を固定すると打点が見やすくなる。
- ・膝を使うと打点が上下し、見づらくなる。
- ・人間は長いものと短いものが目に入った場合、短い方を見る習性があり、指を立てると指揮棒より指を見てしまうため、指は立てない方がよい。

#### ○『ふるさと』

詩の内容(過去と未来の違い)をつけて、指揮で表現する。

- ・1番は、ふるさとの風景や情景の内容を曲想につなげるため、左手の位置やニュアンスで表現する。
- ・2番は現在の詩、ふるさとを思い出している詩の表現。
- ・ダイナミクスやフレーズ感の表現。

#### ○『君が代』

ユニゾンからハーモニーへというテクスチュアの変化、オーケストレーションへの繋がり、詩を考え、和洋折衷の音楽を振り分ける。

- ・予備拍は分かりやすいものが良いが、4拍ではなく1拍がのぞましい。
- ・ユニゾンの中で大切にしたい音を考え、表現する。
- ・ユニゾンからハーモニーに入る自然な間は日本的な間。
- ・直線的な縦のクレッシェンドはイタリア、ロシア音楽で、横に広がるクレッシェンドはフランス、イタリア歌曲などでしばしば表現される。
- ・フレーズや音のリリースの指示については、はっきり出さない方が曲に合っている。

#### (5) おわりに

全員の実践を終え、もう一度東先生と諏訪先生に「君が代」を振っていただいた。始める前の空気感、日本独自の間の取り方、ダイナミクスの変化、ユニゾンから和声への変化など、指揮から見える音楽がそこにあった。熟練の域に達した豊かな音楽経験が指揮に表れることを参加者全員で実感した。

### 3 閉会行事

- 謝辞 廣澤 秀伸 (県高等学校教育研究会音楽部会副部長)

### 4 参加者 (敬称略 順不同)

上田 裕信 (太田東)	廣澤 秀伸 (藤岡特支)	清水 郁代 (高崎特支)
東 喜峰 (前橋)	黒岩 伸枝 (高崎)	須田 諭美 (吉井)
諏訪 幸男 (西邑楽)	千明 昇平 (西邑楽)	角田 幸枝 (榛名)
島田 聡 (館女)	伴野 和章 (太田東)	鈴木香奈子 (桐生南)
力石 泉 (伊勢崎)	斎藤真里奈 (沼田女子)	坂本 将 (長野原・嬭恋)
小川 唯佳 (利根商)	饗庭 麻里 (市立太田)	齋藤絵梨子 (安中総合)
野口 瑞穂 (大間々)	藤嶋 啓子 (関学付)	井上 春美 (藤岡中央)

文責：井上 春美 (藤岡中央)