

児童発声の研究 (I)

—発声指導—

岩崎 洋 一

(1982年9月10日 受理)

A Study of Children's Voice

—How to Teach Them Vocalization—

Yoichi Iwasaki

I. 緒 言

現在, 子どもを取りまく音楽環境は, 急激な速さで移り進み, ジャンルの拡大と価値の多様性をもたらしている。「子ども白書」(1981年版 日本子どもを守る会編)によると, 一億総タレント時代といわれるように, 情報だけが大量に注ぎこまれ, 積極的に音楽を求める家庭は増えているにもかかわらず, 知覚, 感性, 感性がじかに発達していないと報告されている。

学校教育においても音楽の多様化に伴って, 内容が吟味, 修正され, 知識, 技術の習熟よりも, ゆとりと, 音楽を愛好する心情への転換が希求されている。その中であって, 変らないものとして, 普遍的命題ともいえる発声問題が横たわっている。

この児童の発声については, 種々の考え方があり, 指導者によって主義, 主張が微妙に異なりをみせ, とかく問題の多い分野である。

我が国における発声指導法の研究は, 明治期の地声を張りあげ, 叫び声に近い発声から, 唱歌教育が定着してきた大正期において, 草川宣雄が頭声発声を, 福井直秋が中声発声をそれぞれ主張し, 音声陶冶への認識は高まりをみせた。戦後, 合唱コンクールや文部省実験学校における頭声発声の研究, 外国の児童合唱団との接触を経て, 児童の発声は, 頭声を主とした演繹的な方向を求めてきたのである¹⁾。そして現在もなお, 解釈に幅があるとはいえ, 昭和53年改訂の学習指導要領には, 4年生以上に頭声的発声²⁾が定められている。

このように多岐にわたる歌唱教材が氾濫している状況の中で, 演繹的に求められてきた発声指導

が, どのように理解され, 位置付けられ, 指導されているのであろうか。

歌唱という人声を駆使して自己を表出し, 相手に意図を伝達する音楽表現において, 発声は必要不可欠な手段として位置づけられている。そしてあくまでそれ自身目的ではないとしても, ただ地声を張りあげているだけの歌には感動はない。音楽の意味を皮相的なものでなく, 深化させ自分のものとして獲得していくためにも, 発声指導は目標を持って探求する必要がある。

音楽美を追求する発声の望ましい方向としては, 一般的に, 次のような言葉でいい表されている。

○素直な声 ○柔らかな声 ○生き生きとした張りのある声 ○新鮮味のある声 ○清く澄んだ声 ○上品な声 ○こくのある声 ○つやのある明るい声 ○共鳴のある豊かな声 ○高音がらくに歌える声 ○顔の前方に程よくひびき, 遠くまでとおる声 ○柔らかな中にも芯のある声³⁾

このほか色々な言葉で表現されているが, 究極のところ, 児童の生理に合致した, 音楽表現が自由にできる発声の指向にはかならない。

そこで, 発声の基礎技能である呼吸法, 発声法, 共鳴, 発音などの有効な指導法を模索するためにも, 現在の発声指導の実践動向を踏まえることから出発する必要がある。そのために, 社会教育における児童合唱団の発声指導に視点をあて, その共通する指導法, あるいは独自の発声法を考察することにより, 今後の児童発声のあり方が, 浮き彫りにされるものと思われる。尚, 本研究と関連のある発声指導の一部は, 昭和56年度, 全九州大学音楽学会研究発表において報告をした

が³⁾、本論では、発声指導全般にわたる内容と方法に、検討を加えたものである。

II. 調査の対象・期間・方法

1. 対象

東京在団の少年少女合唱団⁴⁾ 6団体⁵⁾であり、
④結成年度、⑥指導者、⑦合唱活動の中心をなす音楽のジャンル、は次の通りである。

- (1) ひばり児童合唱団
 - ① 昭和21年
 - ② 皆川和子、昭和38年より常任指揮者 田中 信昭、ヴィオス・トレーナー三林輝夫
 - ③ 結成後10数年は童謡中心、田中 信昭になって邦人作品、現代曲
- (2) 東京少年少女合唱隊⁶⁾
 - ① 昭和26年
 - ② 長川谷新一、現在、長川谷 冴子
 - ③ ラテン語による宗教曲
- (3) 東京放送児童合唱団
 - ① 昭和27年
 - ② 外山国彦、吉原 規、富田正牧、現在、古橋富士雄、近藤真司
 - ③ 結成当初は放送、録音のための学校歌唱教材が中心、現在邦人作品、東歌を中心とした合唱音楽
- (4) 西六郷少年少女合唱団
 - ① 昭和30年
 - ② 鎌田典三郎
 - ③ 「歌のメリーゴーランド」に代表される楽しい歌、無伴奏による日本のわらべ唄、民謡
- (5) 杉並児童合唱団
 - ① 昭和39年
 - ② 志水 隆
 - ③ ポピュラー音楽、合唱ミュージカル
- (6) 東京荒川女年少女合唱隊
 - ① 昭和40年
 - ② 渡辺顕磨
 - ③ グレゴリオ聖歌、邦人作品

2. 期間

- (1) ひばり児童合唱団
昭和55年5月3日～6月17日(3回)
- (2) 東京少年少女合唱隊
昭和55年5月13日～9月25日(9回)
- (3) 東京放送児童合唱団
昭和55年7月21日～昭和56年2月25日(8回)

- (4) 西六郷少年少女合唱団
昭和55年11月29日～12月12日(3回)
- (5) 杉並児童合唱団
昭和55年6月28日～11月22日(3回)
- (6) 東京荒川少年少女合唱隊
昭和55年4月23日～昭和56年2月15日(52回)

3. 方法

調査方法としては、合唱指導の中で行われる発声練習をテープに録音するとともに、指導者と面談による資料収集を行った。その他、音楽雑誌等から、関係合唱団の発声指導に関する資料を探索。

調査内容は最の通りである。

- (a) 準備運動
- (b) 姿勢
- (c) 呼吸
- (d) 発声
- (e) 共鳴
- (f) 発音
- (g) 唱法

III. 考 察

1. 各児童合唱団の発声指導内容の分析

(1) ひばり児童合唱団

この合唱団は、童謡を中心に活動してきた経緯があり、団の方針として、子どもが伸びのびと楽しく音楽活動できることを目標にしている。そして、子どもの持っているそのままの声に価値を見出し出している関係上、低音域は地声的な発声である。これはヨーロッパにおける音楽様式とは異なる、日本の伝統音楽を素材にした古来からの騒音を含んだ発声や、音程のずれ、発音の曖昧さなど、不確定要素を含んだ現代作品を、活動の一部にしていることに起因していると考えられる。

発声指導内容を順を追って記述してみる。

(a) 準備運動

- ① 目を閉じて、肩、胸に力を入れないで首を左右に回す。
- ② 膝の屈伸運動(スプリングのように)

発声練習は肉体を自己の意志により、作り替えることである。そのため下半身はしっかりと柔軟性を持って支え、特に上半身が力まないよう楽にさせ、発声器官の周囲の脱力を図っている。

(b) 呼吸

- ① 腹をブルブル、柔らかく。(硬くならないでマシュマロみたいに)

ひばり児童合唱団

譜 1 (1) (2)

S S S S S
F F F F F

(3)

S S S S S

譜 2

a a a a

譜 3

hum hum hum hum
a a a a

譜 4

hum hum
a a

譜 5 (1)

H

(2)

a a

(3)

a a

譜 6

a a a a a a

譜 7

ha ha

譜 8

a a



- ② 腹を手で叩くと同時に、ハミング又はアの母音で声を出す。
- ③ 両手を頭の後に組み、息の出し入れをする。(背中、脇腹に空気を入れる)
 - 2人組になり、相手のへその上、肋骨の下を両手で持ち、ブレスの確認をさせる。
- ④ 息を少しずつ出し、できるだけ長くのばす。
- ⑤ 息を吸った後、両手を前から上げながら少しずつ息を出し、横から回して落とすと同時に、息の支えも落す。
- ⑥ 譜1の(1) 腹から息をpで微風のように吹いたり、fで強くはき出したりする。
譜1の(2) staccatoで毬つきのようにはずんだ腹にして。
譜1の(3) 波のように息を揺らして。

大人につながっていく発声を意図し、腹式呼吸の徹底的な指導を図っている。ブレスは緊張と弛緩が必要であり、①②の指導においてその感覚を体験させ、③では2人組になって相手のブレスを感じるにより、より一層理解を深める指導法となっている。④⑤⑥はブレス・コントロールの指導で、legato 唱法に重要な息の支えと、自由に息の圧力を調節するための有効な方法といえる。

(c) 発声・共鳴・唱法

- ① 譜2 たっぷりした息で波のように揺れて marcato で。
- ② 譜3 鼻をよく開けてハミングで響をつかみ、母音のアで legato に。この時“鼻声”で歌う。
- ③ 譜4 ハミングで鼻腔共鳴を感じ取り、

テンポを速く、遅くする。この時、咽に力が入らないように首を振りながら。

- ④ 譜5の(1) 口を開け息を柔らかく出す。“あくび”の要領で咽の奥を広く、舌は引こまないで平らに。
譜5の(2)(3)は溜息をつく感じで、息を沢山出して、咽を柔らかく。
- ⑤ 譜6 咽をよく開け、笑い顔で“目をよく開け”頭全体を少し前に傾ける。
- ⑥ 譜7 鼻腔に響を常に集めて音程を正確に、ゆったりしたテンポで決して急がず、staccato はたっぷり腹で切って。
- ⑦ 譜8 ブレスをコントロールして、一音一音に accento が付かないよう legato で。
- ⑧ 譜9の(1) あくびをして咽をよく開け、舌が平らになるように、この場合も2人組になり、互いに向き合って、舌が平らになっているかを確認する。

腹式呼吸で共鳴のある声にするため、譜3では“鼻声で”という特徴ある指導がなされている。一般的に鼻声は共鳴の欠けた、芯のない声との認識があるが、この場合、子どもにとって鼻腔共鳴を理解しやすく、身近な適切な言葉といえる。舌を平らにし、咽に力を入れないで共鳴腔を広くする譜5の指導では、あくびや溜息をつかせることで、咽の良い状態を的確に捉えさせる実効的な方法といえる。譜6の目をよく見開くフォームは、軟口蓋が引き上げられ口腔が拡大し、咽を詰めることが少なくなる適切な指導用語である。譜9の指導では、舌が平らになりやすく、舌に力を入れにくいアとエの発音を用いていることは最適と思われる。

(d) 発音

- ① 譜9の(2)(3) 俊敏な舌の運動を養うため、テンポは初め遅く、次第に速く。
- ② 譜9の(4)(5) 舌と唇の敏捷なさばきで、明瞭な発音を培うため、テンポに変化をつけて。

舌の運動で最大限幅があり、力を入れにくいアとエをテンポを速くして発声させることは、どのような速いパッセージにおいても、咽の脱力が身につくものと思われる。又、マメマメマメという言葉は、最初の ma がハミングの m から母音の a について発音されることから、共鳴が得られやすく、唇を一語一語閉じなければ発音できない言葉であるため、舌の柔軟さと唇の最大限の使用が混和された、効果的な指導法である。

(2) 東京少年少女合唱隊

この合唱隊は“隊”という名称がついているように、ヨーロッパのラテン語による宗教曲を活動の中心におき、声は head voice (頭声) をめざしてきた。そして発声練習は高い音域から指導する方法がほとんどである。

(a) 準備運動

- ① まっすぐに立ち、上半身の力を抜いたまま、全身をリズムカルに左右にゆする。

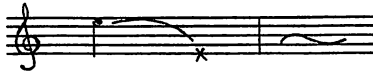
(背, 肩, 口はダラリ)

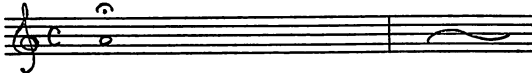
- ② 腰を支点にして上半身を少し前に倒し、手の力を抜いてブラブラと。
- ③ 上半身をゴトンと前へ倒し、頭、首は脱力させる。この時、重心が移動して前のめりにならないように。膝は伸ばしたままで。
- ④ 次にゆっくりと起こす。頭が一番最後に戻るように。
- ⑤ 両手を後に組んで胸を張り、組んだ手を後に跳ね上げる。
- ⑥ 両手を頭の上に組んで背伸びをする。爪先立って、背中がまっすぐに伸びた感じを大切に。
- ⑦ 肩の上下運動

①②③の指導は、発声時の姿勢で大切な重心が、腰を中心にして足にあることを体得させようとするよい運動である。そして、この一連の運動で重心がふらつかないよう指導することは、どのような姿勢をとっても重心が一定し、息の支えが定まることを意味し、有効な指導と考える。④は、いかに脱力することが難しいかわかる動きで、初歩の段階では顔の方から先に上げてしまいがちである。骨盤から静かに起こし、上半身の力

東京少年少女合唱隊

譜1 
 a a a a a a a a

譜2 
 hi — m

譜3 
 u —————

譜4(1) 
 i —————

(2) 
 i —————

(3) 
 i —————

譜5
a — e — i — o — u —

譜6
a
i
u

譜7
a — a — a — a —

譜8
i — i — i — i —

を抜いたまま上体を元に戻す練習によって、発声時に最大限力を入れなければならない筋力と、力を入れてはならない筋肉を自覚させるにはよい肉体訓練である。

(b) 呼吸・発声・共鳴・唱法

- ① 譜1 深い息で咽を広げて、規則正しいテンポで。
- ② 舌が奥へ引っ込みまない。
 - 舌を前に出して。(ハンカチで引っ張り出す)
 - 下の歯茎の裏にペタンと舌を付ける。
 - その状態でア, エ, イ, オ, ウの母音を歌う。
- ③ 譜2 高い音域から、馬のいななきのように響を高くもって portamento で下がる。
- ④ 譜3 深いウの母音でロング・トーン。無雑作に出すのではなくよく考えてから。
 - 口でウを言うのではなく、額でウを言う感じで。
 - 太い声を出さず、細い声で均等に息が出ていくように。
 - 音色は明るく、少し深く、丸く、細く柔らかく響く声で。
- ⑤ 譜4の(1)(2)(3) 共鳴を頭部にもって来る。
 - いつもウを思いながらイの母音で。
 - 軽く高い響で。(波がチャップチャップ揺

れている感じ)

- 一つの響の上に乗って歌う。
 - 鼻の根元を指で摘みながら。
- ⑥ 譜5 各母音の響を揃えて。
 - ウの深い響を考えながら、ア, エ, イ, オ, ウを出す。響を額にあてるように。
 - 目を丸く、顔全体を見開いて。
 - 顎が上がらないよう、親指で顎を軽く押えて。
 - ろうそくの火を消さないよう少量の息で最大の響を。
 - ⑦ 譜6 低い音は胸を張って均等な音声で。
 - ⑧ 譜7 響を確認しながら高音域が頭声になるように。
 - ウを考えながらアを出す。
 - ロング・トーンで息を均一に出す。
 - ⑨ 譜8 3拍子のフレーズ感覚を養う。グレゴリオ聖歌のキロノミを提示し、アルシス、テージス⁸⁾で歌わせる。

発声は head voice を中心に指導しており、特に譜3のウの発音に重点を置いているところが特徴である。日本語の発音とヨーロッパの発音で、響が一番異なるのがウの母音だとして、浅い響ではなく、鼻腔共鳴から頭部共鳴へ奥深く軽く頭に抜ける澄明感のある声をめざしている。それと同時に、発声指導を高い音域を使って展開させ

ていることも注目にあたいます。というのも、歴史的に頭声発声を主張した先人の理論を踏襲した実践を行っていることである。

それは、大正期に草川宣雄が提唱した「頭声発声」の指導法と、戦後「児童発声」の実践研究を推進した品川三郎の主張と事と同じくしていることである⁹⁾。というのも、この隊の創立者である長谷川新一氏は、戦後の児童発声研究の先達を担った一人であり、品川三郎氏とは児童の発声について、度々2人で共議し、実践研究を行ったということである¹⁰⁾。

譜2は高音域から発声させる指導である。これは頭声発声導入の方法として、半ば定着した理論であり、話し声(地声)に慣れている子どもたちに、胸声区からではなく、頭声区から発声させたほうが、地声で歌うことなく頭声に導きやすいとした考え方で、納得するものである。

譜4、譜5は、常にウの響を中心として、他の母音を発声させるのは、ウの母音が頭声の響をつかませるには一番良い母音であり、その感覚を覚えておいて、他の母音に応用する有益な方法だといえよう。又、口から歌うのではなく、額で歌うという指導用語も、感覚的指導が優先する発声指導においては有効な手だてといえよう。

譜8の legato 唱法のための指導は、グレゴリオ聖歌の律動の考え方である Ars is, Thesis に基づくものである。これは合唱音楽の原点であるグレゴリオ聖歌の演奏解釈を踏まえ、応用しているもので、音楽表現上、重要なテクニックの一つである。

(3) 東京放送児童合唱団

子どもの発声指導は、子どもの自然の声を大切にし、“出させる”のではなく“出る声を伸ばす”という指導が行われている。これは、基本的に声をつくり変えてはならないという指導者の考えに基づいている。そしてここでは、頭声発声とか胸声発声などという考え方とは違った、日本の子ども

もたちが日本語を使って、最も良く意味や音楽内容が伝わっていく声を目差しているのである。

(a) 姿勢・呼吸

- ① 腕を体の前に水平に出し、足の屈伸運動をする。
 - この時息を少しづつ吐いていく、横隔膜の支えをきちんと。
 - 背中が丸くならないように。
- ② 腹に手を当てて「イチ」でもって息を吸い、止める。
- ③ 次に側面の肋骨に手をやり「ニ」でもって肩を上げないで吸い、止める。
- ④ 歯を閉じ、息が急に抜けないよう「Su」でもって、できるだけ震えないように均等に長時間息を出す。

①の指導では、息を出しながら足の屈伸運動をすることは、腹筋と呼吸の基本である横隔膜の支えを意識することができ、効果のある指導である。

一般に呼吸法の指導では、息を背中まで入れなさいという指導がなされているものの、実感として促えにくいものである。そこで②③の指導のように、腹の前面と側面とに息を分けて入れる方法をとることは、直接体感を通して理解ができ、呼吸の指導に効果があると思われる。

(b) 発声・共鳴

- ① 「ア」という感嘆詞をCの音から出す。
- ② 譜1 譜2 素直な声で、はずむように、音を的確につかんで。
 - まず staccato で正しい声のポジションをつかむ。
 - 次に legato で歌う。
- ③ 譜3 自然な響をつかんで音程を正確に。
- ④ 譜4 各母音の音色を揃えて。
- ⑤ 譜5 ハミングで共鳴する“あたり”を感じて。

東京放送児童合唱団



譜3 

譜4 

譜5 

譜6 

譜7 

譜8 

ある程度音域が高くなったところで、ハミングの「m」を考えながら ma の母音で。

- 表情は明るく。(モナリザのように)
- 姿勢は爪先へ体重をかけて。

子どもの話し言葉で、自然に出せ。発声につながりやすい感嘆詞の「ア」から入る①の指導は、子どもの自然の声を伸ばしたいという、この合唱団の意図がよく表れている。

横隔膜の支えを一番意識できる staccato で各音のポジションを正確につかみ、次に legato に移る譜1、譜2の指導は、腹筋の強さと、息を支える呼吸法の修得にとって、的を得た手順といえる。

譜5のハミングの指導は、鼻腔共鳴を得るには最適な発声であり、口を開けて発声する母音唱よりも、咽がよい状態に保たれ、力が入ることも少ない重要なメソッドといえる。次にハミングから

母音を歌う方法は、ハミングの良い状態での発声を、そのまま母音に応用することであり、非常に有効である。

(c) 唱法・発音

① 譜6 legato 唱法、アンサンブルのための練習

- カンニングプレスで、フレーズが切れることのないように。
- ハミングは音量が弱くなるので、母音よりも2~3倍大きく鳴らして。
- 波のように音に「ねばり」を持った legato で。
- 音が「うねる」ように。

② 譜7 オクターブ・ユニゾンで響とバランスを大切に。

- 低声部に高声部がそっと潜りこんで歌う。

③ 譜8 できるだけ legato で音が切れる

ことなく、*espressivo* で。

- p から f まで音量を変えて。
- 言葉の *legato* は、子音で音を引っぱっていく。
- 音のうねりを *Dynamik* によって出す。
- 高音域を p でもって、支えのある響で出す。

この合唱団では、発声と音楽表現が直接結びついたものでなければ意味がないとして、発声指導の原点である *legato* 唱法を基本においている。そしてそこに行き着くまでには、*staccato*、ロングトーンの指導がなされ、その後 *legato* の指導に入るのである。

譜 6 は、ハミングから母音へのフレーズのつながりに重点をおいた指導である。ハミングから母音に移る時、一瞬音がやせてしまい、フレーズが切れ *accento* がつく場合が多くみられる。この場合、一文の線に乗って歌い、口形を変えるだけで柔らかく母音に移るようにすると、良い結果が得られるようである。

ハミングから母音に移る際の音量を、母音より 2~3 倍大きく響かせるとした指導は、*legato* 唱法の音色のバランスを追求するにあたって、示唆を与える内容である。

譜 7 では、合唱アンサンブルの基本である低音部の響の上に高声部が乗るといふ、実際面を抽出した指導であり、音色の統一とアンサンブルの効果は大きい。

譜 8 では、言葉の *legato* を主にした指導がある。音のうねりをまず *Dynamik* でつくり、次に音が切れないように子音で音を引っぱり、音にねばりを持たせる唱法は、音楽表現に不可欠な要素であり、重要な発声技術の一つといえる。

(4) 西六郷少年少女合唱団

この合唱団の特徴は、男子が多く、変声期後も

裏の声 (ファルセット) で歌っていることである。このことから、必然的に音色に幅と厚みがあり、腹筋の強さと合わせて、結果的に力強い表現力となって表れている。子どもの声は「訓練された自然の声」を目標にしている。

(a) 姿勢

- ① 胴の上に頭を自然にのせて。
- ② 顎をつき出さない、反対に顎を引きすぎると咽が閉まってしまう。
- ③ 顎、肩の力を抜いて、腰をやや後方に引く感じで。
- ④ 膝はよく伸ばし、両足は安定よく床に立つ。上半身は柔らかく、下半身は張りを持たせて。

胸や肩は発声時に力が入りやすく、邪魔な存在であるが、胸の上に直接頭をのせる指導は、腹から直接頭の上に声を持っていくという感覚的な指導にとって、わかりやすく適切な比喩である。

下半身を基盤にして顎を軽く引いた姿勢は、ヨーロッパの少年合唱団に多く見られるフォームであり、ボーイ・ソプラノの発声指導としては有効な姿勢といえる。

(b) 呼吸・発声・共鳴

- ① 腹筋を使って胸を軽く上に押し上げると同時に、声を出す。
- ② 譜 1 の(1) 口の形は、音色が暗くならないよう縦より横に開けて、明るい声で爽やかに出す。
- ③ 譜 1 の(2) 声をあてる場所は、鼻から額にかけて響かせる。
- ④ 譜 2 「スキーの歌」を使って旋律を歌う。
 - ハミングで鼻腔、両眼、額に響を集中させる。
 - 顔面から外に向かって声を出す。顔全体を共鳴体と考える。

西六郷少年少女合唱団

譜 1 (1) 

譜 1 (2) 

譜 2 *staccato* 

譜1の(2)や譜2では、力強い staccato を重点的に指導している。これは合唱活動に、躍動的な曲を多く取り入れていることと、日本のわらべ唄など、話し言葉を強調しなければならないためと考えられる。

譜2では、無味乾燥に陥りやすい発声練習を、少しでも楽しく展開ができるようにとの配慮で、歌の旋律を使った指導である。これは子どもの興味を持続させ、意欲を持たせる意味においても適切な指導といえる。

(5) 杉並児童合唱団

近年、小学校の音楽教育においてもポピュラー音楽が定着し、NHK 全国学校音楽コンクールの課題曲においても、ラテンリズムや8ビートによる曲が選択されるようになってきた。

この合唱団は、一貫してそのポピュラー音楽を中心活動にすえ、現在の子どもの音楽感覚に密着した演奏活動を行っている。

発声はポピュラー音楽の表現上、必然的にめりはりのきいた、ビート感のある、明るいストレートな発声となっている。そして、発声指導は経験の浅い子どもたちに実施するのみで、それ以後は、特に発声だけ取り出した指導は行わず、歌の中で声の方向づけを行っている。

(a) 発声・共鳴

- ① 譜1 高いḊから歌い始め、息もれしない柔らかな響で。(アの母音は鋭くなりやすいから使わない。ルとロを使う)
- ② 譜2 柔らかい響に慣れてきたら、次に staccato で明るいシャープな響を求めて。
- ③ 譜3 譜1と譜2で声を出す感覚を会得してきたら、順次下降音階を歌つ。
 - 高音域(Ḋ)の音色のまま下降し、低音域が地声で粗雑な響にならないように。

譜1は、地声では出すことのできない頭声区での指導で、ルとロを用いた発声指導は、高音域の共鳴を感得しやすく、有効である。

譜3の考えは、頭声発声を目ざした先覚者の主張と同じであり¹¹⁾、高音域の発声を体得してくると、低音域も地声を出すこともなく、柔らかい響で全声域を歌えるようになってくる。

発声指導の大部分を歌の中で展開させていることは、常に音楽とダイレクトにかかわりたいと願っている子どもたちの意欲を殺ぐことなく、団の活動の中で創りあげられた響を、上級生から下級生へ受け継いでいく様は、同音、同質の声を模倣することの有効性を立証すると共に、発声指導の直接的効果となって表れてきている。

杉 並 児 童 合 唱 団

譜1

lu
lo

譜2

ha

譜3

lu
lo

(6) 東京荒川少年少女合唱隊

心で歌いあげること念じ、人間性の陶冶を基本においているこの隊は、活動においても歩みの中心にグレゴリオ聖歌をすえている。このため、音楽も自然で無理のないフレーズをめざし、発声も自然に音楽の中に溶けこむ声をめざしている。

隊の活動方針の基調には、言葉の意味を深く追求し、子ども自身に内在しているものを心を通して表出し、“人間性のあふれた音”を求める姿がある。この活動理念は、これからの音楽教育のあり方を考える上で、密接な関連があると考えられる。

荒川少年少女合唱隊

譜1
 ニコニコ、クニャクニャ、ニヤニヤ、ピシン、
 ハイハイ、オハヨウ、コンニチワ、コンバンワ、

譜2
 ha hi ha hi

譜3(1)
 a o a o a o
 i o i o i o

(2)
 a o a o a o

譜4(1)
 a i

(2)
 a i

(3)
 a i

譜5
 ドドドド レレレレ

譜6
 ドレドレ レミレミ

譜7
 ドレミレ レミファミ

譜8
 ドレミファミレ レミファミ

譜9(1)
 ドミレファミソファラ ソシラドシレド



(a) 準備運動

- ① 全身の柔軟体操
 - 全身の脱力
 - 足、腰を中心とした柔軟体操
 - 膝の屈伸
- ② 指を折る（左右どちらか一本遅れて折る）

発声練習の前段階として、全身を動かし、筋肉を目ざめさせることは、意志を直接筋肉に伝達させる発声練習にとって、必要な運動である。

指を順番に動かす指導は、集中力を喚気させることにつながり、感覚的な面を多く含む発声指導の中で、微妙なニュアンスを、全神経を働かせて促さなければならないことと考え合せると、興味ある指導法である。

(b) 姿勢

- ① 体の脱力を図るために、非常にリラックスした状態にさせる。
 - 楽な姿勢のまま、笑った状態で自然な声を出す。
- ② 背中を伸ばし、重心が腰にくるように。

脱力をするという発声指導の基本から出発し、緊張させないで楽な体の状態を感得させることは、発声指導の導入として、重要なことである。

(c) 呼吸・発声・共鳴・唱法

- ① 横隔膜呼吸の練習
 - 腰に手をあて、息を吸う。
 - 吸った時の顔の表情を豊かにし、目を生き生きと開ける。
 - 息を止め、ゆっくりはく。
- ② 譜1 話し言葉から導入
 - 声帯を使わずに、響きだけで。
 - 出しやすい音域から低音域、高音域へ。
- ③ 譜2 staccato による腹筋の伸縮を確認する。明るい声で。
- ④ 譜3の(1)(2) 各母音の口形を確認し、響きを揃える。
- ⑤ 譜3の(2) 重心の移動
 - アを出すと同時に、足を一步前へ。
 - オで元にもどる。
- ⑥ 譜4の(1)(2)(3) 鼻腔に共鳴を集め、低音から高音までを平均して legato に出す。
 - 音と音の間がとぎれないようにつなぐ。
 - 声を押すことなく響きを拡大させる。

息を吸った時の顔の表情まで指示することは、

音楽を子どもたちの心の中で燃焼させようとする意図とも合致し、全ての指導が音楽表現に直接結びついている。

譜1では、リラックスした中にも共鳴を中心に展開されており、言葉を生かした表現と結びつく有効な指導である。

譜2～4までは、音色の統一を図り、legato唱法を身につける指導法である。

譜3の重心の移動は、一歩足を前に出し、体重を一本の足に掛けることにより、横隔膜の支えが確実になり、呼吸を安定した割合で出すためにも有効な方法である。

(d) 発音

- ① 顔全体を、手でもみほぐす。
- ② 顔を色んな表情に変える。
- ③ 声を出さないで、50音の発音を口形を確認しながら唱える。
- ④ 譜5～10 舌と唇のさばきの練習。
 - テンポを速く、遅くする。(正確な音程と明確な発音で)
 - pでささやくように。(言葉の意味内容は弱々しくならないで)
 - fで唇のさばきを敏速にし、鋭く明快な発音で。

この隊の特徴は、言葉の指導に重点を置いていることである。顔全体をもみほぐす指導、唇の自由な動き、舌の俊敏な働き、どれをとっても生きた音楽表現をめざした手段、方法である。

譜5から譜10までは、スピードに対して、筋肉がいかにか俊敏に反応するかを目差した指導であり、ここで要求されているものは「発音の明瞭化」と「音程の正確さ」である。どのような速いパッセージがきても、それに対処できるテクニックを身に付けさせ、作品に応用できる指導といえる。

2. 各児童合唱団の発声指導内容の共通点・相違点・特徴

(1) 発声指導項目と実践内容

(a) 準備運動

各合唱団とも何らかの形で、発声指導の導入として身体運動をとり入れている。

- ① 足、腰の柔軟体操。
- ② 膝の屈伸。
- ③ 全身の脱力。
- ④ 上半身の脱力。
- ⑤ 首、顎の脱力。
- ⑥ 肩の上下運動。
- (b) 姿勢

姿勢と呼吸は不可分の関係にあり、重心を正しい位置へ持つてくる指導である。

- ① 下半身の緊張と、上半身の弛緩。
- ② 背中を伸ばし、腰に重心がくるように。
- ③ 膝を伸ばし、腰をやや後方に引く。
- ④ 胴の上に頭を自然に乗せる。
- ⑤ 顎が上がらないよう、顎を軽く押さえる。

(c) 呼吸

発声は呼吸に始まり、呼吸に終るといわれるほど重要である。どの合唱団も時間をかけ、綿密な指導を行っている。

- ① 腹筋の緊張と弛緩。
- ② 腹式呼吸の徹底。
- ③ 側腹呼吸の併用。
- ④ 強い息、弱い息。
- ⑤ 息を支えて、小量の息を均等に長時間出す。
- ⑥ 深い息。
- ⑦ 吸気、止気、呼気の横隔膜の支え。

(d) 発声

子どもが持っている声を自然な形で伸ばし、子どもの生理に合致した、大人につながる声を求めている。

- ① 子どもの持っているそのままの声。(ひばり児童合唱団)
- ② 頭声発声。(東京少年少女合唱隊)
- ③ 子どもの出る声を伸ばす。(東京放送児童合唱団)
- ④ 訓練された自然の声。(西六郷少年少女合唱団)
- ⑤ シャープで張りのある声。(杉並児童合唱団)
- ⑥ 言葉が生ける発声。(東京荒川少年少女合唱隊)

(e) 共鳴

美しい音色は、よい共鳴を模索することから始まる。

- ① 鼻をよく開けたハミング。
- ② 鼻声で。
- ③ 咽に力を入れないで柔らかく。
- ④ 咽の奥をよく開ける。
- ⑤ 舌が奥へ引っこまない。
- ⑥ 舌は平らに。
- ⑦ 鼻腔に響を集める。
- ⑧ 高音域での、馬のいななきのような響。
- ⑨ 頭部に響を集める。
- ⑩ 目を開く。

- ⑪ 目に力を入れる。
- ⑫ あくびの要領。
- ⑬ ウの響を考えながら、他の母音を出す。
- ⑭ 額に声をあてる。
- ⑮ ハミングで響のあたりを感じる。
- ⑯ staccato で響の当たる場所を確認。
- ⑰ 鼻から額にかけて声をあてる。

(f) 発音

いくら美しい声であっても、発音が不明瞭であれば、音楽的内容を充分表出することができない。

- ① 舌と唇の俊敏な動き。
- ② 子音をハッキリ。
- ③ 各母音の口形を確認
- ④ pでささやくように。
- ⑤ fで唇の動きを敏速に。

(g) staccato 唱法

音楽表現上、重要なテクニックである。

- ① 横隔膜の支えで、短くアタックして呼吸を出す。

- ② 腹で息を切る。
- ③ 腹筋の緊張と弛緩。
- ④ 腹筋の伸縮をすばやく。

(h) legato 唱法

歌の基本は legato 唱法にあるといわれるほど、歌唱法の中心を占めている。

- ① プレスをコントロールし、accento がつかないように。
- ② Arsis, Thesis の考えで。
- ③ ハミングから母音へ切れないように。
- ④ 音にねばりと、うねりを持って。
- ⑤ 子音で音を引っぱっていく。

以上、各児童合唱団の発声指導の内容を分析してきたが、基礎的な姿勢の問題から、高度なテクニックが要求される唱法まで、全般にわたって適切な指導が実践されている。尚、各合唱団の活動方針の相違により、音楽指導の観点が異なるため、発声指導の比重が各項目で若干不均等になっている。しかし、発声指導の基本的理論は、姿勢、呼吸、共鳴、発音、唱法においては同じとみ

表 1 発声の相違点と特徴

| 項 目 合唱団名 | 合唱活動の中心を なす音楽のジャンル | 目標にしている発 声 | 活 動 方 針 | 特徴ある発声練習 |
|-----------------|----------------------------|-----------------------------|--|---|
| ひばり児童合唱団 | 邦人作品、現代曲 | 子どもの持っている そのままの声。 | 子どもの声の音色に 価値を見出し、不 確定要素を含んだ現 代作品。 | 低音域は地声的に出 す。舌と唇の敏捷な さばき。 |
| 東京少年少女 合唱隊 | ラテン語による宗 教曲。 | 頭声発声。 | ヨーロッパの教会音 楽。 | ウの響を考えなが ら、他の母音を歌 う。高音域からの下 降音階。 |
| 東京放送児童 合唱団 | 邦人作品、東欧を 中心とした合唱作 品。 | 子どもの出る声を 伸ばす。 | 話し声の延長線上で 発声を考え、日本語 の美しさを追求。 | legatoにハミングか ら母音へ。子音のさ ばきに重点をおく。 |
| 西六郷少年少女 合唱団 | 日本のわらべ唄、 民謡。楽しい歌。 | 訓練された自然な 声。 | 男子が多く、素朴さ の中に力強い音楽表 現。 | 呼吸の支えと、腹筋 の力強い使用。 |
| 杉並児童合唱団 | ポピュラー音楽。 合唱ミュージカ ル。 | 明るく、ストレ ートで、少し金属的 な声。 | 子どもの心情と嗜好 に合致した音楽。 | 特別に発声練習をせ ず、歌をうたう中 で、発声を同時に行 う。 |
| 東京荒川少年少女 合唱隊 | グレゴリオ聖歌。 邦人作品。 | 言葉が生きる、無 理のない自然な発 声。 | 言葉の意味を深く追 求し、心から歌いあ げる。 | 言葉のさばきの重要 さ。舌と唇の俊敏な 動き。 |

てよいだろう。

ただし、発声については明確な相違点がみられる。

(2) 発声に関する相違点と特徴

各々の児童合唱団が目標としている発声を考察した結果、合唱団が中心活動として位置づけている音楽様式と、関連が深いように思われる。そこで、この問題を再度整理してみると表1のようになる。

このように、発声はそれぞれの合唱団が求めている音楽に直結したものとなっている。それと同時に、発声指導も、指導者が求め、創っていかうとする音楽の様式により、独自の特徴ある指導方法が生み出されているといえる。

IV. 結 び

これまで6団体の児童合唱団の発声指導をみてきたが、発声指導に対する理念、方法には基本的な差異はなく、より良い音楽表現のための手段、肉体訓練として位置づけられている。ただし、発

声は、目差す音楽様式の違いにより、響や音色が必然的に異なってくるという事実である。

これまで、学校教育の中で位置づけられ、実践されてきた発声体系は、演繹的に全ての歌唱教材に応用していかうとした考え方であった。しかし、これら6団体の児童合唱団の中で、頭声という言葉を使った指導は1団体のみで、他の団体は、音楽表現上、必要な声を求めているのであって、限定された発声の概念に捕われることなく、指導が行われている状況である。このことから、発声指導は、楽曲の表現上、最も有効と思われる発声を追求する。帰納法的な考え方に改める時期にきていると思われる。

尚、今後の課題としては、ともすると発声至上主義に陥りやすい歌唱指導において、杉並児童合唱団のように、発声指導の時間を設定することなく、子どもの心情と嗜好に合致した歌をうたう中で、そこに生まれた声を音楽的に処理することにより、表現力のある声が育っていくといった考え方は、これからの発声指導を考えるうえで、貴重な示唆を与えてくれるように思う。

注

- 1) 児童発声の歴史研究としては、小川美知子「児童発声の歴史」音楽教育研究 No. 96 音楽之友社 及び 拙稿「児童発声の変遷」季刊音楽教育研究 No. 28 No. 29 No. 33 音楽之友社がある。
- 2) 文部省「歌唱の指導」P. 30 音楽教育図書 1964, 渡辺陸雄「児童の発声のあり方とその指導」P. 2 教育芸術社 1979
- 3) 「児童合唱における発声指導」全九州大学音楽学会研究発表 1981年11月13日 福岡 サンパレス
- 4) 現在、少年少女合唱と児童合唱の名称は、同意語として使われている。
- 5) これら6団体は卓越した音楽指導と、充実した組織運営により、全国の少年少女合唱運動の指標的存在となっている第1グループと位置づけられている。後藤田純生「少年少女合唱運動の系譜」教育音楽〈小学版〉昭和50年3月号
- 6) NHKでは、宗教的な楽曲を扱う団体を「合唱隊」と呼ぶことを確認している。泉靖彦「児童合唱の源流を探る」季刊音楽教育研究 No. 24
- 7) この一連の運動は「コンニャク体操」といわれ、前東京芸術大学の野口三千三教授の提唱した「力を抜いた自然な姿勢で、必要な筋肉だけを自分の意志で自由にあやつることが可能となる肉体訓練」のメソッドに由来した名称である。この体操については、野口三千三監修「けいこノート」青雲書房 1977 を参照されたい。
- 8) この用語については、水嶋良雄著「グレゴリオ聖歌」音楽之友社 に詳しい。
- 9) 草川宣雄、品川三郎、東京少年少女合唱隊の発声指導で共通する方法は、地声で歌えない頭声区からの下降音階を用いていることである。
- 10) 昭和55年5月13日 筆者が長谷川新一氏の自宅にて話を伺った際の内容である。
- 11) 注9)と同じ。草川宣雄は「F、Eからの順次下降音階で歌わせる」と主張し、品川三郎は「二点二音前後から出発する下降音階」を提唱した。草川宣雄「唱歌法と発声法」京文社 1923, 品川三郎「児童発声」音楽之友社 1955

参 考 資 料

- (1) 少年少女合唱団を訪ねて「西六郷少年少女合唱団」教育音楽〈小学版〉昭和52年4月号
- (2) 少年少女合唱団を訪ねて「東京放送児童合唱団」教育音楽〈小学版〉昭和54年3月号
- (3) 対談「響を求める声づくり」教育音楽〈小学版〉昭和56年8月号～10月号
- (4) 「若々しい魂の燃焼による可能性の発見をめざして」東京荒川少年少女合唱隊記念誌 1979年