

# 主体的・協働的・創造的な歌唱指導法に関する研究

## A Study of independent, collaborative, and creative singing teaching methods

橋 本 エリ子

Eriko HASHIMOTO

音楽教育ユニット

(令和3年9月30日受付, 令和3年12月23日受理)

### I. 緒言

これまで小・中・高等学校における歌唱共通教材の歌唱指導や合唱指導においては, 教師からの一方的な指導による知識や演奏技術の歌唱指導が行われ, 児童・生徒が能動的に学ぶ機会が少なかった。つまり, 児童・生徒の主体性を育てる音楽教育の指導が行われてこなかった。

学習指導要領では, 音楽の学びを通して育成する「資質・能力」として, 第1に音楽の学びで理解し, 身に付ける「知識及び技能」の習得, 第2に音楽との出会いで生きる「思考力, 判断力, 表現力等」の育成, 第3に音楽を通して生活や社会の中で豊かに関わる「学びに向かう力, 人間力等」の涵養という3つの柱を身に付けることを目指している。<sup>注1</sup>

従って, 学習指導要領に示される目標や内容に準拠して, 「音楽を学ぶ意味」や「楽しさを味わう」ことができるよう工夫することが必要となる。そして, 何よりも児童・生徒の確かな学力と豊かな心, 健やかな体の育成を支え, 「生きる力」を育むことをねらいとしている。

本研究では, 児童・生徒の主体性を育む歌唱指導法について研究することにより, 「自分で考える力」を身に付ける授業プログラムを構築することを目的としている。

つまり, 「主体的な学び」, 「対話的な学び」, 「深い学び」の実現に向けた授業改善（アクティブ・ラーニングの視点に立った授業改善）を行うことにより, 児童・生徒が自ら深い学びと主体性を持って学習に向かい, 「生きる喜び」を感じられる授業改善を実践するものである。

さらに, 協働的で創造的な合唱指導法を研究することにより, 子供たちが生涯にわたって能動的に学び続けることができる授業改善を提案し, 学習の質を一層高める授業改善の取組を活性化する。

最初に, 児童・生徒の主体性を育む歌唱指導法について, 歌唱共通教材より「赤とんぼ」「浜辺の歌」「夏の思い出」を研究することにより, 「自分で考える」力を身に付ける歌唱指導法を提案し, 児童・生徒の「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善を行う。

次に, 協働的で創造的な合唱指導プログラムについて研究を行う。特に, 合唱教材として「ゆかいに歩けば」を選曲し, 児童・生徒が「興味・関心」を持ち, 主体的に美しい響きの声を作り出そうとやる気をもって取り組む「協働的・創造的な」合唱指導法の授業改善を行う。

本稿では, 児童・子供が学習の主体となる主体的・協働的・創造的な歌唱指導法に関して研究を進めることにする。

### Ⅱ. 「資質・能力」を高めるウォーミングアップ

美しい声で歌うためには, 正しい姿勢が必要である。正しい姿勢は, 身体を真っ直ぐにし, 上下に貫く直線上の身体の意識で, 上は天に向かって伸びていく意識を持ち, 下は重心に沿わせる意識で繋がっている。そして, 上下を貫くセンターは, バランスの取れた身体づかいをするために必要不可欠である。それらを意識することによって, 無駄な力を使わずに, 首と肩の力を抜いてバランスよく立つことができる。

最初に、両足を軽く開いて立ち、下半身を安定させることが大切である。なぜならばお腹や腰の回りの筋肉を自由に使えるようにするために、上半身をリラックスして、バランスの良い姿勢を保つことにより、より歌う時の呼吸をコントロールできるようになる。さらに、お腹だけでなく、背中にも空気を入れることにより、より深く呼吸を行うことができる。

歌声は、息の流れによって生まれるので、呼吸は歌声の命である。スムーズな息の流れは、快い歌声をつくるばかりでなく、音楽の流れも生み出す。従って、呼吸は、素早く吸って、ゆっくり時間をかけて吐くように訓練することが最も大事である。

#### 【トレーニングを行う際の基本姿勢の立ち姿】

- ① 両足を肩幅に広げて立つ。
- ② 膝を緩めて、足首も柔らかくする。
- ③ 身体の中を上下に貫く一本の線があるように、頭の位置は頭の真ん中よりやや後ろに中心軸がある。

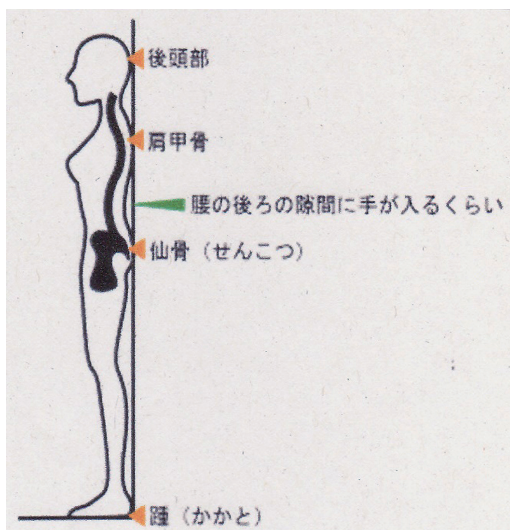


図1. 基本姿勢の立ち姿

図1のように、後頭部・肩甲骨・仙骨・踵（かかと）の4点が同じ圧力で壁面に当たるように立つ。

下顎は少しやや引き、目線はやや上に、首や肩の力を抜いて楽にして、背中は立てて、両膝に力を入れないように気を付ける。

上胸部はやや高く保ち、下腹部は内側へつり上げるようにして、肛門を閉じる感じにする。特に、ウエストのラインは、呼吸の際に前後左右に膨らむので、真っ直ぐに保つことが大切である。

このように美しい声は、良い姿勢と良い呼吸でつくられる。

#### 【身体を歌う楽器にする5つのトレーニング】

##### ① 【上半身の開放】

身体の中心軸を感じながら、腕を前後左右に大きく振る。腕の重さを感じながら、腕を前後、左右に大きく振ることで、肩や肩甲骨、胸などを緊張やこわばりから開放する。

##### ② 【首の開放】

首をまず前に倒し、次に口を開けて後ろに倒し、頭の重さや腕の重さを感じるように、声帯のある首回りの筋肉をほぐし、ゆるめる。さらに、首と上半身を左に倒し、次に首と上半身を右に倒して、最後に身体の中心軸を意識しながら首筋が伸びるように、頭を右回り・左回りと体全体をぐりと回す。

##### ③ 【肩の開放】

両肩を上から上げてから、背中の方に回し、両肩で肩甲骨をはさむように背中の方からゆっくりと下におろす。

##### ④ 【背中の開放】

腰の後ろに両手の甲を当て、呼吸をする。その際、呼吸は鼻から7、口から3の割合で息を入れ、ゆっくりと左から右へ腰を回しながら、腰のあたりに息が入るようにする。次に同じように、右から左へ腰を回しながら、腰のあたりに息が入るように繰り返し練習を行う。

##### ⑤ 【身体全体の開放】

両手を大きく広げながら気持ちよく鼻と口から息を吸い、そのまま両手を上に上げて行き、上がりきったところでそのままの状態をキープする。その後、口は少し窄めて、今度は息を吐きながら、両手をゆっくり下に押し下げる。最後は、手のひらを緩めて脱力して、息を吐き切る。

### Ⅲ. 「資質・能力」を高める腹式呼吸の指導法

声楽の基本は呼吸法であり、いかに呼吸を完全にコントロールできるかが重要と言える。良くコントロールされた呼吸により、はじめて美しい歌唱を得られることになる。

そして、発声の第一歩は、呼吸である。また、正しい呼吸法の基礎になるものは姿勢である。

呼吸は、胸郭全部、脇腹、背筋を使い、息は吸い込むものではなく、鼻から7割、口から3割の割合で入ってくるものと意識する必要がある。呼吸は、腹筋（斜腹筋・背筋・肋骨筋）を使い、背

部や側面（脇腹や背中）にも息を入れ、下記の図2のように横隔膜を使って呼吸する腹式呼吸を行う。

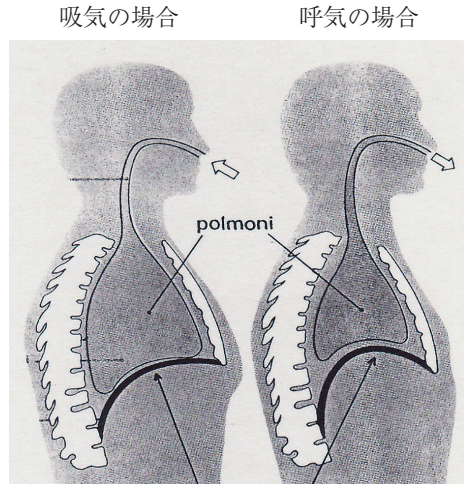


図2. 横隔膜

【腹式呼吸法を習得する3つのポイント】

1. ゆっくりと口から息を吐く。身体の中の空気をすべて外に出すつもりで時間をかけて吐く。お腹が徐々に引っ込むように気を付ける。
2. 鼻から深く息を吸う。舌を上顎に付けるようにする。下腹が膨らむように気を付ける。
3. 再び口から息を吐く。吸った時間よりも1.5倍から2倍かけるつもりで、長く、ゆっくりと動作・呼吸を繰り返す。最終的には、息を吐く時間が吸う時間の4倍くらいの長さになるのが良い。

【息の吐き方の7つの練習】

- ① スーの発音をしながら、最初は、スーと言いながらゆっくりと時間をかけて吐く。  
Su-----
- ② 次に、スー・スー・スーと3回に分けて吐き切る。  
Su-----Su-----Su-----
- ③ 今度は、スー・スー・スー・スー・スーと5回に分けて吐き切る。  
Su-----Su-----Su-----Su-----Su-----
- ④ 最後に、スー・スー・スー・スー・スー・スー・スー・スー・スーと9回に分けて吐き切る。  
Su---Su---Su---Su---Su---Su---Su---Su---Su---
- ⑤ 上記の練習を手のひらを胸郭、脇腹、背筋、腹部に当てて、呼気や吸気の息の状態を明確に確認しながら、練習を繰り返す。

- ⑥ また、両手を左右にゆっくりと広げながら、同時肋骨も左右に緩めながら練習を繰り返す。
- ⑦ 息をゆっくりと時間をかけて吐き切ることが、最も重要なことである。

【吸気の7つの練習】

- ① ストローを使って、息を深く吸ってみる。
- ② 口をすぼめて、少し前に突き出して、息を深く吸ってみる。
- ③ 鼻をつまんで、鼻腔を広げて、息を深く吸ってみる。
- ④ 上体の力を抜き、前屈して、脇腹から背中までふくらむように静かに素早く息を深く吸う。
- ⑤ 息が背中全体に入ったら、5秒間息を止める。
- ⑥ 上体を起こしながら、静かに息を吐く。
- ⑦ 上記の動作を行うことにより、息が肺に深く入っていることを確かめる。

以上のように、歌唱法において最も大切な事は、呼吸法であり、いかにリラックスした状態で、すばやく鼻から息を取ることが最も重要である。

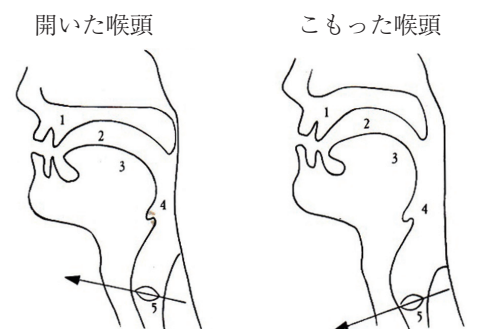
そして、「吸って吐く」のではなく、ゆっくり「吐いて吸う」という順序を心がけることが大切である。

Ⅳ. 「資質・能力」を高めるわかりやすい発声法

発声する上で、まず姿勢・呼吸・支えを意識した上で練習を行うことが大切である。

まず、自分の身長を高く感じるように立ち、肩を上、後ろ・下に回し、降ろした時の状態を保つ。

次に、開いた咽喉の状態、息を吸う。つまり、息を吸うと同時に、下記の図3の左の図のように、咽喉の奥を開けることがとても重要となる。



1. 硬口蓋 2. 口 3. 舌 4. 咽喉 5. 喉頭

図3. 喉頭の開き



つまり、息を吸う時に、口の中全体に広い空間を感じ、図4のように、柔らかい軟口蓋を持ち上げることで、咽喉の奥を開けることが最も重要である。

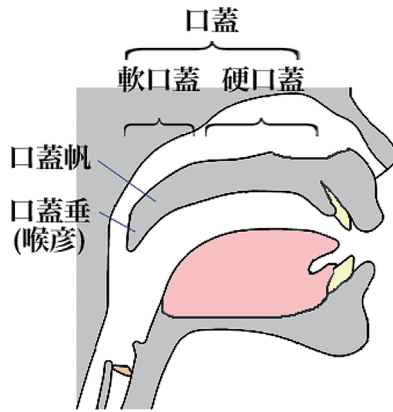


図4. 軟口蓋

#### 【正しい口の開け方】

- ① 正しい口の開き方をするには、姿勢や表情、目線なども大事である。胸を張って姿勢を正し、少し上目線で自然な笑顔を作れるように心掛ける。
- ② 歌う時の正しい口の開け方としては、下顎に力を入れずに上あごを開く感覚で指二本程度口を縦に開く。
- ③ 笑顔に近い口の開け方をする事で声が出しやすくなる。
- ④ 普段の生活の中でも胸を張って姿勢を正し、少し上目線で、自然な笑顔を作って会話することを心掛ける。
- ⑤ 「口を縦に開ける」という意識を持つ。
- ⑥ 正しい口の形では、「あ」の口の形は、人差し指から薬指までの3本を縦にして、その3本の指が入るくらいまで、大きく口を開く。

#### V. わかりやすく継続できる発声練習方法

発声練習法として、図5の楽譜のように基本の5つの母音がそれぞれ正しい共鳴をもち、音色を統一することが大切である。

母音唱法（イエアオウ、またはアエイオウ）で、舌の動きを図6と図7のように感じながら、口の中の空間を変えずに発声練習を行う。

また、両手を左右に広げながら、胸郭もゆっくりと広げがら、イエアオウと母音唱法を繰り返す。



a- e- i- o- u-      a- e- i- o- u-  
i- e- a- o- u-      i- e- a- o- u-

図5. 母音唱法

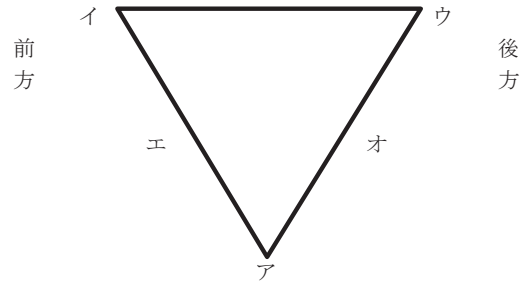
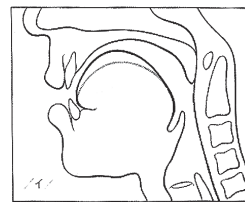


図6. 舌の位置と高さ

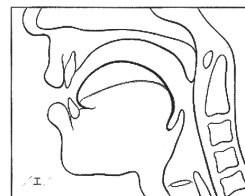
「イ」と「エ」の母音の舌の位置は、特に要注意であり、日本語での発音よりかなり高いイに舌を準備する必要がある。

また、口の奥を縦に開けた状態を保つことで、響きの良い母音唱法が可能となる。

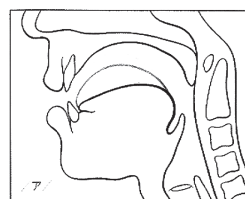
1. 「イ」の母音：舌の位置が前に高く、口の奥が縦に開いている。
2. 「エ」の母音：舌の位置がやや高く、「イ」の母音よりも前に出る。
3. 「ア」の母音：舌の位置が舌歯の付け根に付いている。
4. 「オ」の母音：舌の奥の位置がやや高く、口の奥が縦に開いている。
5. 「ウ」の母音：舌の奥の位置が高く、口の奥が縦に開いている。



「イ」の母音



「エ」の母音



「ア」の母音

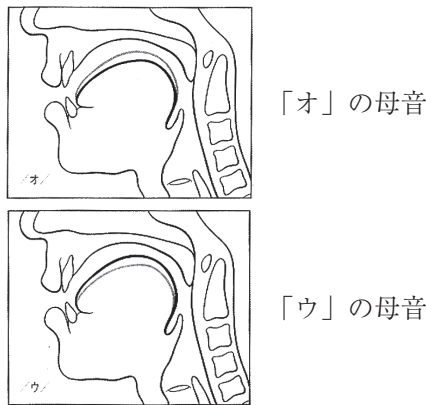


図7. イ・エ・ア・オ・ウの舌の位置と高さ

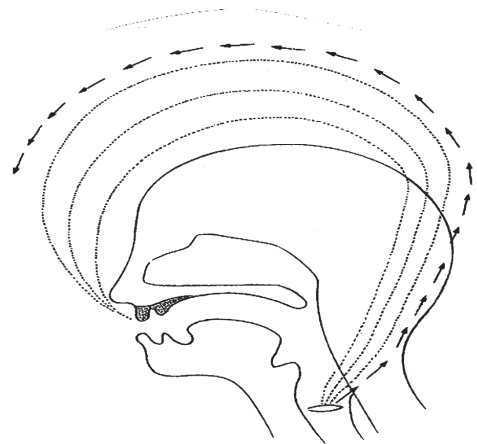


図10. 息を回す (girare: ジラーレする)

- ① 下記の図8の楽譜の1番から3番までの音階を母音唱法（特に、「ウ」や「ア」の母音）により、半音ずつ上げて練習を行う。その時に、全姿勢が見える姿見を準備して、姿勢や顔の表情、口の開け方などに気を付けながら深い呼吸で練習を行う。

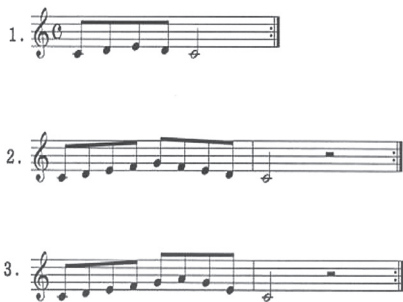


図8. 発声練習1.

- ② 下記の図9の楽譜の4番から6番までの音階を母音唱法（特に、「ウ」や「ア」の母音）により、半音ずつ上げて練習を行う。その時に、口の奥が縦に開いていることが重要であり、図10のように呼吸を回す (girare) ことが大切である。



図9. 発声練習2.

- ③ 下記の図11の楽譜の7番から8番の音階を母音唱法（特に、「ア」「エ」「イ」「オ」「ウ」の母音）により、半音ずつ上げて練習を行う。呼吸法、横隔膜の使い方など一つ一つ確認しながら、スタッカートは、全体的に軽やかに歌うことが大切である。



図11. 発声練習3.

- ④ 下記の図12の楽譜の9番から10番の音階を母音唱法（特に、「ア」の母音）により、半音ずつ上げて練習を行う。その時に、同じポジションで歌うことが重要であり、図13図14のようにいつも口の中の上顎の所に息を一杯含んで、レガートで歌うように心がける。



図12. 発声練習4.

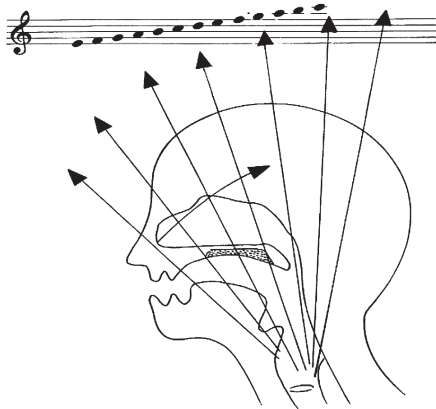


図 13. 上行形の音階を歌う場合（軟口蓋を上を持ち上げ、息の流れを前歯から奥歯へと進める）

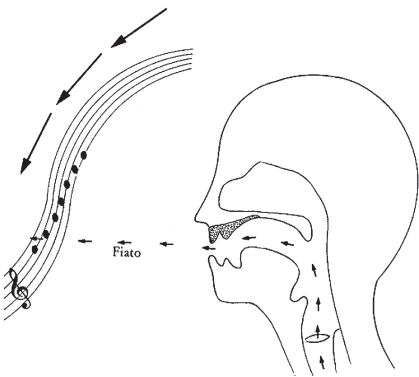


図 14. 下行形の音階を歌う場合（前歯の裏側に息の焦点を集めて、身体全体で丹田を意識しながら息を進める。その際、喉の奥の空間は保持すること）

## Ⅵ. 資質・能力」を高める歌唱共通教材の指導法

歌唱共通教材より、「赤とんぼ」「浜辺の歌」「夏の思い出」を選曲して、情景を思い浮かべながら、表情豊かに歌う為の指導法について考察する。

3つの作品における歌唱指導のポイントとしては、以下のとおりである。

- ① 「赤とんぼ」（三木露風作詞・山田耕筰作曲）では、旋律の動きや強弱の変化がどのように曲想と関わっているかを感じ取り、表現を工夫して歌う。また、日本語の言葉の美しい響きを生かしながら、発音に気を付けて歌う。
- ② 「浜辺の歌」（林古溪作詞・成田為三作曲）では、旋律の特徴や強弱の変化に気を付けながら、表現を工夫して歌う。また、8分6拍子によって、フレーズを感じ取りながら歌う。さらに、旋律や強弱が大きく変化している箇所やその時の歌詞の内容の変化、そして曲全体の表現を工夫する。

- ③ 「夏の思い出」（江間章子作詞・中田喜直作曲）では、情景を思い浮かべながら、言葉を大切にして歌う。また、曲想と歌詞の結び付きに注目して、曲に相応しい表現を工夫して歌う。さらに、日本語のもつリズムや抑揚と旋律との関わりに着目する。この作品は、4小節ずつの4つのフレーズからなる二部形式 A (a a) B (b a') で構成されている。

楽譜に書かれている音符や記号は、作曲者のメッセージであり、曲想を感じ取って、表現するための手掛かりの一つになる。

歌詞を音読して、言葉のまとまりや抑揚を感じ取り、強弱記号に着目しながら楽譜を見て、強弱の変化を確かめる。また、旋律と強弱に注目し、音楽や歌詞から気付いたことを話し合うことが重要である。

### 第1曲目「赤とんぼ」（三木露風作詞・山田耕筰作曲）

山田耕筰 (Kōsachō Yamada) [1886年（明治19年）6月9日～1965年（昭和40年）12月29日] は、日本語の抑揚を活かしたメロディーで多くの作品を残した日本の作曲家であり、指揮者でもある。

また、三木露風 [1889年（明治22年）6月23日～1964年（昭和39年）12月29日] は、近代日本を代表する詩人・作詞家として、北原白秋と並んで「白露時代」を築いた。若き日は日本における象徴派詩人でもあった。

山田耕筰は、三木露風との出会いによって、多くの作品を作曲することになり、作風が大きく変化している。

若年期から三木露風の詩との出会いによって、山田耕筰の作風が大きく変化することになる。

三木露風の古典性とロマン性、そして抒情・叙事・劇性を包括した世界は、山田耕筰の本領を発揮する絶好の機会となり、27歳の時に作曲した作品「樹立」（三木露風）はフランス印象派の手法が窺える。

30歳の時に作曲した「唄」（三木露風）では、ドイツ民謡を取り入れている。

31歳の時に渡米し、清楚な「野薔薇」（三木露風）を作曲した。

33歳の時に帰国し、「風に思を」（三木露風）、「涌く涙」（三木露風）、「みなぞこの月」（三木露風）、「待宵草」（三木露風）を作曲した。

34歳の時に、三木露風の詩による連作歌曲集『風に寄せてうたえる春の歌』（全4曲）が作曲さ

れ、この作品では、明らかにリヒャルト・シュトラウスの後期ロマン派の影響が見られる。山田耕柞自身も「露風の詩は、エドゥアルト・メーリケに通ずる美がある」と記している。

このように、三木露風の詩から受けたインスピレーションが、山田耕柞の多くの作品を生み出すきっかけとなった。

詩人の三木露風(1889-1964)は、1907年(明治40年)に早稲田大学入学。後に、慶応義塾大学に転学する。1909年(明治42年)に刊行した詩集「廃園」が、同年に出された北原白秋の「邪宗門」と共に、高く評価され、児童詩や童謡も多く残している。

赤とんぼの詩は、大正10年(1921年)、三木露風の童謡雑誌『櫛の実』に収められている。

三木露風自身は、『赤蜻蛉』と題している。

露風が、遥かに遠い故郷(兵庫県龍野)と母を偲んで作った詩に、山田耕柞は特に繊細で、甘美な旋律の美しさを特徴とする作品に仕上げていく。

童謡「赤とんぼ」の作詩者『三木露風』の生家は、鶏籠山の麓にある龍野城の埋門の坂を下りたところにあり、明治4年頃から明治22年の間に建築されたものと推察される。露風は、明治22年6月23日にこの家で出生し、その名を操と名付けられた。露風が6歳の時、両親が離縁し、母親(かた)は弟を連れて実家の鳥取に帰ってしまい、露風も祖父の家に引き取られている。生家は、露風が母と過ごした思い出が残る大切な場所である。

この赤とんぼを作詞したときの心境を以下の通り綴っている。<sup>注2</sup>

『若き日の三木露風』から

これは、私の小さい時の思い出である。「赤とんぼ」を作ったのは大正10年で、所は北海道函館付近のトラピスト修道院においてであった。

ある日、午後4時ごろに、窓の外を見て、ふと目についたのは赤とんぼであった。

静かな空気と光の中に、竿の先に、じっととまっているのであった。それが、かなり長い間、飛び去ろうとしない。私は、それを見ていた。

(自分がまだ幼かったころ)家で頼んだ子守娘がいた。その娘が、私を背負っていた。

西の山の上に、夕焼けしていた。草の広場に、赤とんぼが飛んでいた。

それを背負われている私は見た。そのことを覚えていた。

北海道で、赤とんぼを見て、思い出したことで

ある。

だいぶ大きくなったので、子守娘は、里へ帰った。ちらと聞いたのは、嫁にいったということである。山の畑というのは、私の家の北の方の畑である。

(三木露風)

### 赤とんぼ

夕焼、小焼の、  
あかとんぼ、  
負われて見たのは、  
いつの日か。

山の畑の、  
桑の実を、  
小籠に、つんだは、  
まぼろしか。

十五で、姐やは、  
嫁にゆき  
お里の、たよりも、  
たえはてた。

夕やけ、小やけの、  
赤とんぼ。  
とまっているよ、  
竿の先。

日本語の歌唱指導法として、下記の2点について美しい発音で歌唱する。

① ヤ行の発音(ヤ・イ・ユ・エ・ヨ)は、「Y」を強く響かせるために、「イ」を頭につけて「イア・イイ・イユ・イエ・イヨ」と発音する。

1番：ゆうやけ こやけの  
イユ(Yu)

2番：やまの はたけの  
イヤ(Ya)

4番：ゆうやけ こやけの  
イユ(Yu)

② ガ行の発音(ガ・ギ・グ・ゲ・ゴ)は、「ンガ・ンギ・ング・ンゲ・ンゴ」と鼻濁音で柔らかく発音する。

2番：こかご  
Kokango

### 赤とんぼ

#### 1番の歌詞 [情景]

「8音・5音・8音」+7音で構成の各4行、4連



1 番	夕焼, 小焼の	8 音	情景
	あかとんぼ	5 音	夏の終わり
	負われて見たのは	8 音	真っ赤な夕焼け
	いつの日か	5 音	あかとんぼ

第一連：夏の終わりごろ、真っ赤な夕焼けを浴びながら、飛んでいる赤とんぼをみると、幼いころ、姐やの背におんぶされて見ていたあの風景が懐かしく胸に蘇ってくる情景を描いている。

### 2 番の歌詞 【情景】

「8 音・5 音・8 音」+ 7 音で構成の各 4 行, 4 連

2 番	山の畑の	8 音	情景
	桑の実を	5 音	山の畑
	小籠に摘んだは	8 音	桑の実を摘む
	まぼろしか	5 音	思い出

第二連：母と姐やと一緒に、山の畑で桑の実を小さな小籠に摘んだ思い出の情景を描いている。

### 3 番の歌詞 【心情】

「8 音・5 音・8 音」+ 7 音で構成の各 4 行, 4 連

3 番	十五で姐やは	8 音	心情
	嫁に行き	5 音	姐や
	お里のたおりも	8 音	便りが途絶える
	絶えはてた	5 音	つらい体験

第三連：幼い自分を遊ばせたりしていた姐やは、十五歳で嫁いでいった。しかし、暫くするとたまに届いていた便りも来なくなり、完全に途絶えてしまったつらい体験の心情を綴っている。

### 4 番の歌詞 【情景】

「8 音・5 音・8 音」+ 7 音で構成の各 4 行, 4 連

4 番	夕やけ, 小やけの	8 音	情景
	赤とんぼ	5 音	故郷の風景
	とまっているよ	8 音	懐かしい母の面影
	竿の先	5 音	幼いころの郷愁

第四連：こうして故郷を離れていても、夕焼けの中を飛ぶ赤とんぼ、竿の先にとまっている赤とんぼ見ると、懐かしい母の面影とともに、姐やにおんぶしてもらっていた幼いころの郷愁が湧き上がってくる情景を描いている。

このように「赤とんぼ」は連作歌曲であり、下記の通り、4 つの歌い方を工夫することが考えられる。

- 1 番 情景
- 2 番 情景
- 3 番 心情を吐露
- 4 番 情景

また、詩に込められている下記の 3 つのポイントを踏まえながら、表現することが望まれる。

- ① 真っ赤な夕焼けと赤とんぼの美しくそして鮮烈な情景、忘れえぬ情景。
- ② 姐やの背中に感じる体温の暖かさと、姐やへのほのかな恋慕の情。
- ③ もう会うことが出来ない母への強く切ない未練の心。

山田耕筈は、昭和 2 年（1927 年）41 歳の時にこの詩に作曲した。原調は、へ長調の 4 分の 3 拍子で、郷愁と母への慕情を込めた音楽として仕上げています。

**第二曲目「浜辺の歌」（林古溪作詞・成田為三作曲）**は、成田為三の故郷の能代海岸を忍んで作曲したといわれている。

1893 年（明治 26 年）12 月 15 日～1945 年（昭和 20 年）10 月 29 日、日本で初めて子供の為の唱歌を発表したのが、この秋田県出身の作曲家成田為三である。

彼は、秋田県北秋田郡米内沢町の役場職員の息子として生まれる。現在の北秋田市米内沢である。

成田為三が生まれたのは、明治 26 年師範学校入学により、音楽に目覚め、オルガンから始まり、朝から晩までピアノに熱中、さらに音楽にのめり込む。

他にバイオリンやチェロも弾きこなしていた。

卒業して、1 年間だけ地元の小学校へ赴任した後、一念発起して上京。東京音楽学校（今の東京藝術大学）へ進み、本格的に音楽を学んでいる。林古溪（1875 年 7 月 15 日～1947 年 2 月 20 日）は、林羅山に連なる家系で、代々学者の家柄である林家の次男として、東京神田に生まれた。林古溪が、幼い頃、藤沢に住んでいたことから辻堂あたりの湘南海岸を歌ったものと推定される。

古溪は、幼児期を神奈川県高座郡羽鳥村（現在の藤沢市）で過ごしている。教員であった父親が招かれて教鞭をとっていたためで、当時 3 歳であった古溪は、7 歳までそこで過ごしている。

濱邊の歌 林 古溪の原詩

- 一、あした濱邊を さまよへば  
昔のことぞ しのばるる  
風の音よ、雲のさまよ、  
よする波も かひの色も
- 二、ゆうべ 濱邊をもとほれば  
昔のひとぞ 忍ばるる  
寄する波よ、かへす波よ、



月の色も、星のかげも。  
三、はやちたちまち波を吹き  
赤裳のすそのぬれもひぢし



四、

やみし我は すでにいえて、  
濱邊の真砂 まなご いまは。

※原詩の「濱邊の歌」は全四連であった。

「浜辺の歌」の作曲された経緯は、大正2年(1913年)8月号の学友会誌『音楽』第4巻第8号(東京音楽学校学友会)の中で発行されていた雑誌に、林古溪という漢文学者が書いた「はまべ」という詞が載っていた。「これに曲をつけてください」(作曲用試作)という前提で書かれたものであった。図15の通り、題名は、「はまべ」のひらがなであった。

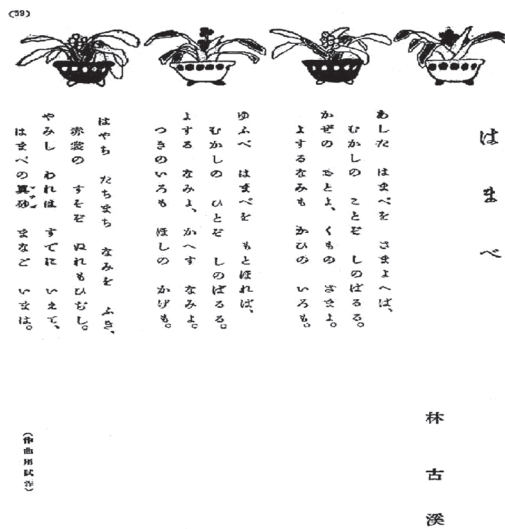


図15. 「はまべ」(林 古溪)

はまべ 林 古 溪  
あした はまべを さまよへば  
むかしの ことぞ しのばるる。  
かぜの おとよ、くもの さまよ。  
よするなみも かひの いろも。  
  
ゆふべ はまべを もとほれば、  
むかしの ひとぞ しのばるる。  
よする なみよ、かへす なみよ。  
つきのいろも ほしの かげも。

はやち たちまち なみを ふき、  
赤裳の すそぞ ぬれも ひぢし。  
やみし われは すでに いえて、  
はまべの真砂 まなご いまは。

(作曲用試作)

大正7年に「浜辺の歌」として出版された。

下記の図16のように、当時の絵描きとしてはスターでもあった竹久夢二の装丁で、「浜辺の歌」として楽譜が出版されている。



図16. 「浜辺の歌」(竹久夢二の装丁による)

#### 浜辺の歌 (1 番の歌詞)

朝 浜辺を 彷徨えば  
昔の事ぞ 偲ばるる  
風の音よ 雲の様よ  
寄する波も 貝の色も

#### 浜辺の歌 (2 番の歌詞)

夕 浜辺を 廻れば  
昔の人ぞ 偲ばるる  
寄する波よ 返す波よ  
月の色も 星の影も

#### 浜辺の歌 (3 番・前半2行)

疾風 忽ち 波を吹き  
赤裳の裾ぞ 濡れ漬ぢし

#### 浜辺の歌 (3 番・後半2行)

病みし我は 既に癒えて  
浜辺の真砂 愛子今は

#### 1 番：浜辺の歌

あした浜辺を さまよえば  
昔のことぞ しの(偲)ばるる

風の音よ 雲のさまよ

寄する波も 貝の色も

朝、浜辺をあてもなく歩いていると  
あの頃のことが次から次へと思い出される  
風の音よ、雲の様子よ、あの頃と同じ  
浜辺に寄せる波も貝の色も

## 2 番：

ゆうべ浜辺を もとおれば  
昔の人ぞ しの(偲)ばるる  
寄する波よ 返す波よ  
月の色も 星の影も

夕暮れ、浜辺を歩いていると  
あなたが恋しくてたまらない  
浜辺に寄せる波よ 返す波よ  
何もかもがあなたのことを思い出させる

## 3 番：

はやちたちまち 波を吹き  
赤裳(あかも)のすそぞ ぬれひぢし  
やみし我は すでに癒えて  
浜辺の真砂 まなごいまは  
急に突風が吹いて波をあげ  
あなたの着物の赤い裾はびっしゃりと  
ぬれてしまった。  
病をわずらった私は今はもう癒えたが  
浜辺の真砂よ愛しいあなたは  
今はどこでどうしているのだろう

「浜辺の歌」では、歌詞と音楽のかかわりを理解して、曲想を生かして表現を工夫する。

8分の6拍子の♩ = 108 ぐらいの速度で、伴奏の寄せては返す2拍子系のリズムの波の流れに乗って、ゆったりとした波のリズムに感じられる。しかし、下記の成田為三は、次のような感想を述べている。

「浜辺の歌」について、成田為三は、昭和16年から作曲の教授をしていた東京高等音楽学院(現在の国立音楽大学)の弟子に次のように語ったという。  
「この曲は正しく歌われていません。みんなテンポが遅いんです。もっとサラリと歌うと良いのです。」

「浜辺の歌の成田為三」から<sup>注3</sup>

この詩の情景を思い浮かべながら、歌詞が表す情景を一つ一つ想像しながら表現する。

また、1つの歌詞に、複数の音がある場合は、腹筋を意識して、息を送り出しながら歌うことに

より、音程を正確に歌うことができる。

♪ | ♩ ♩ | ♩ ♩ | ♩ ♩ | ♩ |  
あ し たー は まー ー を さー

さらに旋律を4小節ごとのまとまりで捉えて、フレーズを感じながら歌うことが大切である。この作品もA(a a') B(b, a')の二部形式の有節歌曲の構成となっている。この曲の形式を生かして、bからの跳躍した音程に気を付けながら、正確な音程で歌うことが必要である。

特に、「くものさまよー」の「よー」の長音の伸ばし方が重要である。身体を広げ、息を完全に支えて、4拍をしっかりと伸ばし、ディミヌエンドすることが大切である。さらに、5拍目で次のフレーズの為への準備を整え、6拍目は、次のフレーズを意識して次の小節からは、テンポを戻し、語頭の感じを丁寧に美しい響きで歌うことが重要と言えよう。

1番では、歌詞の内容から、「朝の浜辺」で「潮風の音」や「雲の様」「寄せる波」の情景が浮かび上がり、過ぎた日のことを懐かしく思い出している様が窺える。また、2番では「夕方の浜辺」となり、打ち寄せる波の音や月の光や星の瞬きの情景を描かれており、過ぎた日、ともにあった人とのことを思い出している。

韻律は、全体を7・5調の+6・6調で統一されており、強弱が $mp \rightarrow p \rightarrow mf \rightarrow f \rightarrow p$ と変化しており、病が癒えて、朝と夕方に海辺を歩き、過ぎし日々のことを懐かしく思い出しており、しみじみと生きる喜びを噛みしめている心情を表現することが大切である。

さらに、 $p$ や $f$ の強弱を、気持ちの高まりやゆれに結び付けて、児童・生徒が主体的に詩に込められた内面や心情を様々に表現できる作品といえよう。

また、リコーダーで演奏したり、指揮をすることで音楽の見方・考え方に変化が出てくる。楽譜に書かれている音符や記号から、作曲者のメッセージを読み取り、児童・生徒が自分たちの表現を工夫できるよう授業改善することが必要である。

**第三曲目「夏の思い出」**(江間章子作詞・中田喜直作曲)の歌唱指導については、歌詞の朗読をしたり、尾瀬の場所を調べることで、曲に対する興味・関心を持たせる。

## 「夏の思い出」

一、夏がくれば	思い出す
はるかな尾瀬	遠い空
霧のなかに	うかびくる
やさしい影	野の小径
水芭蕉の花が	咲いている
夢みて咲いている	水の辺り
石楠花色に	たそがれる
はるかな尾瀬	遠い空

二、夏がくれば	思い出す
はるかな尾瀬	野の旅よ
花の中に	そよそよと
ゆれゆれる	浮き島よ
水芭蕉の花が	おっている
夢みてにおっている	水の辺り
まなこつぶれば	懐かしい
はるかな尾瀬	遠い空

## ① 歌詞を朗読する。

イントネーション（語尾の抑揚）：語尾の表情が随分と変わる。自分の意思表示となる。

- a. 語尾を「上げる」（上昇調）
- b. 語尾を「下げる」（下降調）
- c. 語尾を「変えない」（平坦調）
- d. 語尾を「下げて⇒上げる」（下降上昇調）

「何」を強調するかで、全体の意味が大きく変わる。

歌詞、メロディーのどこを強調するのかによって、文脈としての意味が大きく変わる。歌詞の意味を考え、どの部分を $f$ （強調）にし、どの部分を $p$ （静寂）にするかを良く考える。

## ② これから取り組む作品は、日本のある場所を歌った曲ですが、どの地域のことを歌っているのかを調査・研究し、発表させる。

図 17 の瀬ヶ原の場所は、3 県（福島県・新潟県・群馬県）にまたがる日本有数の湿原地帯であり、尾瀬は、福島県・南会津郡桧枝岐村（ひのえまたむら）・新潟県（魚沼市）・群馬県（利根郡片品村）の 3 県にまたがる高知にある盆地状の高原であり、阿賀野川水系最大の支流只見川の源流域となっている。中心となる、尾瀬ヶ原は、約 1 万年前に形成されたと考えられる湿原である。尾瀬国立公園に指定され、日本百景に選定されている。

「夏の思い出」の作詞家は、江間章子（1913 年 3 月 13 日～2005 年 3 月 12 日）である。



図 17. 尾瀬ヶ原

新潟県上越市生まれの詩人で、2 歳頃に母親の実家である岩手県北西部の八万平氏に移住し、10 年間を過ごしている。

この作詞の経緯は、江間章子が幼少の頃、岩手山の近くに住んでいたが、そこは、水芭蕉の咲く地域だった。そして、1944 年（昭和 19 年）にたまたま尾瀬を訪れた。そこで目にしたのが、一面に咲き乱れる水芭蕉だったのである。その時の気持ちを「夢心地」と後に表現している。<sup>注 4</sup>

「ふと目に浮かんだのが水芭蕉がいっぱい咲いている風景でした。

（群馬県の）沼田（ぬまた）から片品（かたしな）まで行って、片品の戸倉（とくら）の入口で水芭蕉がいっぱい咲いている風景を見たことがあったんです。

それはもう戦争が終わる一年二、三カ月前のできごとだと思います。

とにかく果てから果てまで水芭蕉が咲いていました。

何も書けなかった時にふっと浮かび上がったの、水芭蕉を書いてみよう。（江間章子）

「唱歌のふるさと うみ」から

水芭蕉の咲くのは 5 月末、尾瀬の春先にあたる。江間は、その理由を「（夏の思い出）その想いのゆくえ」にて以下のように述べている。

「尾瀬において水芭蕉が最も見事な 5、6 月を私は夏と呼ぶ、それは歳時記の影響だと思う」

「歳時記」四季の事物や年中行事などをまとめた書物のことである。ミズバショウは、夏の季語である。

「夏の思い出」は、1949 年（昭和 24 年）6 月 13 日に NHK のラジオ番組『ラジオ歌謡』にて、石井好子の歌で放送されるや否や、瞬く間に多くの



日本人の心を捕え、その後、曲中に現れる尾瀬の  
人気は飛躍的に高まった。後に合唱曲に編曲され  
た。尾瀬ヶ原への追憶をうたった江間章子の詩を  
よく生かした、抒情的な曲に仕上がっている。

戦後すぐの1947年（昭和22年）NHKから  
「夢と希望のある歌をお願いします」と依頼され  
た。

思い浮かんだのが尾瀬の情景だった。その時の  
感動を詩にしたのが「夏の思い出」である。

石楠花（シャクナゲ）色は、作詞の江間章子さ  
んは、夕焼けの空の色をみて、尾瀬のシャクナゲ  
を思い出したのだろう。石楠花色、アズマ石楠花  
は、紅紫色の花なので、「夏の思い出」の歌詞に  
ある、「石楠花色にたそがれる」とは、夕焼けの  
赤い色が、その夕焼けが消えかかる「黄昏」（た  
そがれ）の時の空の色を表している。

作曲家の中田喜直（1923-2000）は、「小さい秋  
みつけた」「めだかの学校」等も手掛けた。中田  
喜直の父は、「早春賦」を作曲した中田章である。

作曲者の中田喜直は、本曲の作曲を依頼された  
時点で、作詞者の江間との面識が全くなく、また  
尾瀬にも行ったことがなかった。中田が、初めて  
尾瀬を訪れたのは、作曲から約40年後の1990年  
のことだった。

曲は、簡単にできたが、それを聴いた中田の母  
親が「それは、お粗末ではないですか。すぐ作り  
直しなさい」と言った。母親の助言で作り直した  
のが、現在の「夏の思い出」である。この経緯が  
あるため、中田は、夏の思い出の印税を母親に渡  
していた。<sup>注5</sup>

中田喜直の「夏の思い出」は、昭和24年、  
NHKのラジオ歌謡（かよう）として、作曲し、  
放送された。

中田喜直は、「日本語は、抑揚が大切なので、  
言葉を生かし、正しい日本語に聞こえるように作  
曲しました。」と述べている。

「夏の思い出」の学習の目標として、言葉と旋  
律の関係を理解し、表現を工夫することが重要で  
ある。

言葉の抑揚と旋律の関係を理解し、歌詞の表  
す情景や心情と曲想を感じ取って歌う。つまり、歌  
詞の内容を理解し、言葉と旋律との関わりを感じ  
取って表現を工夫することが大切である。

#### 【「夏の思い出」の歌唱指導法のポイント】

- ① 言葉の抑揚と旋律の関係を理解し、歌詞の表  
す情景や心情と曲想を感じ取って歌う。従っ  
て、言葉と旋律の関係を確かめて、歌詞が生

きるように歌い方を工夫する。

- ② 順次進行による旋律を味わう。

- ③ 旋律の反復を生かす。

- ④ 二部形式を理解して表現を工夫する。

言葉と音楽の関わり「歌詞の内容と旋律の関わり」を学習する。

歌い出しは、曲の頭では、メロディーが書かれ  
ていない。前奏の間に、最初にゆっくり吸う。息  
継ぎの音がしないように、通る道である喉を開け  
る。プレスの音が聴こえないように、身体を開い  
て、歌の寸前で息を吸わないこともポイントであ  
る。

歌唱共通教材「夏の思い出」は、心の歌であ  
り、日本の歌の美しさを味わうことが重要であ  
る。

歌唱の3つのポイントとして、まず、春から初  
夏の爽やかさを出したい曲である。また、ゆった  
りとしっとりした曲調であるが、声は「爽やか  
に・明るく」を常に心がける。さらに、この詩  
は、今、見ている景色ではなく、昔見た記憶を思  
い出している。従って、気持ちは、かなり遠くの  
「遠い空」の向こうで、広く広く歌うことを心が  
ける。

#### 【「夏の思い出」の歌唱法の8つの発音ポイント】

- ① ガ行の発音

（ガ・ギ・グ・ゲ・ゴ）は、  
ンガ・ンギ・ング・ンゲ・ンゴ

nga・nghi・ngu・nghe・ngo

と鼻濁音で柔らかく発音する。

例）なつがくれば おもいだす

なつ nga くれば おもいだす

- ② ヤ行の発音

（ヤ・イ・ユ・エ・ヨ）は、「Y」を強く響か  
せるために、「イ」を頭に付けて、

「イヤ・イイ・イユ・イエ・イヨ」と発音す  
る。

例）やさしい かげ

イヤさしい かげ

- ③ 3段目

*mp*

*pp*

「みずばしょうの はなが さいている」

音の動きや強弱はどのように変化したか。

- ④ 1段目

*mp*

「はるかなおぜ とおいそら」

4段目

*mf*

*p*

「はるかなおぜ とおいそら」



音の動きや強弱の変化、さらに強弱記号の他にどんな記号が書かれているか。それはどういう意味か。

⑤ 「みずのほとり」

「はるかなおぜ」

【音の強弱】

diminuendo (dim.) (ディミヌエンド)

だんだん弱く

【奏法】



= tenuto (ten.) (テヌート)

その長さを十分に保って

⑥ 「なつ」「なつかしい」

なつ・・・・・・・・・natsu

なつかしい・・・・・・・・・natsukashi

※つ・・・・・・・・無声子音で発音する。

⑦ 「うきしまよ」

うきしまよ Ukisimayo

U-Kisimayo

き・・・・・・・・無声子音で発音する。

⑧ 匂っている＝「にほっている」

「にほ」＝「外に現れる」「他よりも秀でている」の意。それに、「にほふ」をつけて動詞化した語である。主に、視覚的な美しさを言う。つまり、「美しく咲いている、美しく映える、美しく輝く」という意味になる。(江間章子の「その情景から漂うもの」という捉え方は正しい。)

【「夏の思い出」の3つの歌唱指導法】

① 曲に相応しい表現の工夫

歌詞が表す情景や心情と曲想を感じ取ることによって、日本の美しい自然や自然に対する豊かな感性に気が付き、日本の歌の良さや美しさを味わうことができる。また、感じ取ったことをもとに、どのように歌うかについて思いや意図をもち、要素の働かせ方を試行錯誤し、曲に相応しい表現を工夫することができる。

② 言葉と旋律の関係

日本語のもつリズムや抑揚と旋律との関わりに着目することにより、日本の歌の特徴を理解することができる。

③ 歌詞と歌と伴奏の結びつき

伴奏に着目して、歌詞の内容と伴奏の関わりや、伴奏形の変化が生み出す表情や味わいの違いを感じ取ることにより、歌詞と歌と伴奏の結びつきを理解することができる。

日本歌曲の美しさは、日本語の語感を生かした

表現にある。また、「水芭蕉の花が咲いている」の部分では、「花が、咲いている」の休符の部分の一瞬の静寂と、次の旋律へのきっかけとなるピアノの1点ト音により、音楽の連続性が高まっていることに気づかせ表現に深まりをもたせるようにする。

また、生徒の大半は、尾瀬については知らないだろう。そこで、尾瀬を調べることから興味・関心をもたせ、あるいは、生徒の身近な自然を思い浮かべさせ、生徒自身の経験の中から自然の美しさに対する興味・関心を高めるようにする。

「夏の思い出」における学習の目標は、言葉と旋律の関係を理解して表現を工夫する。歌詞が表す情景や心情、曲の表情や味わい、言葉と旋律の関係に関心をもち、曲にふさわしい音楽表現を工夫して歌う学習に主体的に取り組む。

言葉と旋律の関係、伴奏形の変化、フレーズを知覚し、それらの働きが生み出す、特質や雰囲気を感じ取りながら、歌詞が表す情景や心情、曲の表情や味わいを感じ取って曲にふさわしい音楽表現を工夫し、どのように歌うかについて思いや意図をもっている。

歌詞が表す情景や心情、曲の表情や味わいを生かした曲にふさわしい音楽表現をするために、必要な発声、日本語の発音、フレーズを生かした歌い方などの技能を身に付けて歌っている。

「夏の思い出」の学習内容としては、範唱を聴いて、歌詞の内容や曲想などに関心をもつ。歌詞の表す情景や心情を想像し、歌詞の内容や曲想について感じたことをワークシートに記入し、意見交換したり、歌詞唱をする。また、歌詞が表す情景や心情、曲の表情や味わいに関心をもち、曲に相応しい音楽表現を工夫して歌う学習に主体的に取り組む。

言葉と旋律の関係、伴奏形の変化、フレーズを知覚し、それらの働きが生み出す特質や雰囲気を感じ取りながら、歌詞が表す情景や心情、曲の表情や味わいを感じとり、曲に相応しい音楽表現を工夫する。

歌ったり、範唱を聴いたりして、言葉と旋律の関係、伴奏形の変化、フレーズに着目し、気づいたことや感じたことをワークシートに記入する。

これまでの学習を生かして、どのように歌うかについて考え、ワークシートに記入して意見交換する。

言葉と旋律の関係、伴奏形の変化、フレーズを知覚し、それらの働きが生み出す特質や雰囲気を感じ取りながら、歌詞が表す情景や心情、曲の表情

や味わいを感じ取って、曲に相応しい音楽表現を工夫し、どのように歌うかについて、思いや意図をもつ。

歌詞が表す情景や心情、曲の表情や味わいを生かすための歌い方（発声・日本語の発音・フレーズを生かした歌い方など）を追求する。ワークシートに書いたことをもとに、発声・日本語の発音・フレーズを生かした歌い方などを試行錯誤し、曲にふさわしい歌唱表現を工夫する。

グループで、あるいは一人ずつ歌い、自己評価する。歌詞が表す情景や心情、曲の表情や味わいを生かした、曲にふさわしい音楽表現をするために必要な発声、日本語の発音、フレーズを生かした歌い方などの技能を身に付けて歌うことが重要である。

さらに、この作品は二重唱曲でもあるので、斉唱だけでなく、ハーモニーの重なり、お互いの音を聴きあうなど、主体的な学びと対話的な学びができる。さらに「見方・考え方」を働かせ、深い学びの鍵として、「はるかなおぜ」のフェルマータの指揮の振り方など、「しゃくい」を学びきっかけとなる。

指揮者は、楽譜のすべてを読み込み、演奏者にしっかりと伝える役割をもっているので、指揮者体験をすることにより、さらに楽譜を読譜する能力も高められるだろう。

## VII. 「資質・能力」を高める合唱指導法

メラー作曲「ゆかいに歩けば」の指導計画の作成と内容の取り扱いについて検討する。

1. 指導計画の作成に当たっては、次の事項を配慮する。

(1) 題材など内容や時間のまとまりを見通して、その中で育む資質・能力の育成に向けて、児童の主体的・対話的で深い学びの実現を図るようにする。

その際、音楽的な見方・考え方を働かせ、他者と協働しながら、音楽表現を生み出したり音楽を聴いてそのよさなどを見いだしたりするなど、思考、判断し、表現する一連の過程を大切に学習の充実を図る。

2. 第2の内容の取り扱いについては、次の事項を配慮する。

(1) 各学年の「A. 表現」の指導法

ア. 音楽によって喚起されたイメージや感情、音楽表現に対する思いや意図、音楽を聴いて感じ取ったことや想像したことなどを伝え合い共感するなど、音や音楽及び言葉に

よるコミュニケーションを図り、音楽科の特質に応じた言語活動を適切に位置付けられるように指導を工夫する。

イ. 音楽との一体感を味わい、想像力を働かせて音楽と関わるができるよう、指導のねらいに即して体を動かす活動を取り入れる。

ウ. 児童が様々な感覚を働かせて音楽への理解を深めたり、主体的に学習に取り組んだりすることができるようにするため、コンピュータや教育機器を効果的に活用できるよう指導を工夫する。

### 【学習指導要領の内容との関連】

A 表現 歌唱 ア. イ. ウ (ア) (イ) (ウ)

〔共通事項〕

ア. 音楽を形づくっている要素：音色・リズム・速度・旋律・強弱・呼びかけとこたえを把握する。

イ. 音符、休符、記号や用語：スタッカートとピアノの理解を深める。

次に、フリードリッヒ・メラー作曲の「ゆかいに歩けば」についてを分析することにする。

この作品は、児童合唱団の指導者メラーとその兄が、自分の合唱団のために作った曲の一つである。

保富康午（ほとみこうご）日本語詞によっており、保富康午（1930年3月2日～1984年9月19日）は、日本の作詞家である。和歌山県西牟婁郡すさみ町出身で、名前の別表記は苗字が「保富」、名前に「庚午」があるが、庚午が本名である。

この作品については、明るい自然の中を行く喜びを、マーチ風のリズムにのせて楽しく歌う曲で、思わず歩きだしたくなる曲である。NHK「みんなのうた」で紹介され、広く知られるようになった。

作品の特徴は、ハ長調4分の2拍子のA (a a') B (b b') の二部形式で構成されている。Aの部分の「リズムカルな歯切れのよさ」と、Bの部分の「のびのびした躍動感」が対照的な作品である。

スタッカートが多く現れる弾んだ感じのAと、のびしながらだんだん上行して盛り上がる感じのBを歌い分けることができる。

教材としては、前半と後半の対比が明確であり、曲想の変化と感じの違いを表現に生かしやすい作品となっている。

また、子供たちの歌いやすい音域でつくられて

おり、明るく美しい声を出しやすい。また、スタッカート唱、レガート唱などの発声練習にも適している。

さらに、Bの2声部になる部分では、「バルデリー」「バルデラー」「バルデロー」と、ロングトーンになるため、縦の響きをよく聴き合って合唱することができる。従って、曲の後半は、リコーダーなどで、オブリガートを付けて、アンサンブルを楽しむこともできる。

Bの最後の4小節には、Aの最後の4小節の旋律が用いられており、曲全体に統一感を与えている。

歌唱指導法として、以下の3つのポイントを踏まえて指導することが大切である。

- ① 旋律の特徴を生かした歌い方を行う。
- ② 旋律の音の動きと強弱を生かす。
- ③ グループ活動による曲想表現の工夫をする。

この音楽の旋律の特徴を生かした歌い方として、スタッカートが多い前半Aと伸ばす音が多い後半Bでは、旋律の特徴が変わるため、それを生かした歌い方の工夫に結び付けやすい。また、スタッカートや伸ばす音の歌い方で、お腹の動きを感じながら呼吸を意識することができ、自然で無理のない歌い方を身に付けるのに適した曲と言えよう。

次に、旋律の音の動きと強弱においては、Bの旋律は、伸ばす音が一音ずつ高くなっていくため、強さと気持ちがだんだんと高まっていくことに気付くように指導すると共に、それに合わせた歌い方を工夫できるようにする。

最後に、グループ活動による曲想表現の工夫では、二部合唱をする展開となっているが、グループで曲想表現の工夫をするなど、旋律の特徴を生かした歌い方を工夫する活動に重点を置く場合は、斉唱での扱いも考えられる。

さらに、「ゆかいに歩けば」では、旋律の特徴を感じ取り、旋律の特徴を生かして歌うことが大切である。

下記の3つのポイントがある。

- (1) 弾んだ感じや滑らかな感じ、音の上がり下がりなどの旋律の特徴と曲想との関わりに気付く、それらを生かすために必要なタンギングや息の使い方、呼吸や発音などの技能を身に付ける。
- (2) 旋律の特徴などと曲想との関わりについて考え、それらに合った表現の仕方を工夫し、どのように表現するかについて思いや意図を持ち、曲や演奏のよさなどを見いだしながら曲

全体を味わって聴く。

- (3) 旋律の特徴を生かした表現を工夫し、友達と協働して演奏したり聴いたりする学習に進んで取り組む。

次に、①～⑤のポイントに絞って、グループ学習を実施する。この作品も、ソプラノ・リコーダーによるオブリガードがあり、アンサンブルをすることにより、グループ学習がより一層活発になり、児童・生徒のオリジナルの表現が工夫できる。

- ① 前半Aと後半Bの旋律の特徴について、グループや全体で話し合うことが重要である。

前半 A: ゆかいに歩けば 歌も弾む

後半 B: バルデリー バルデラー バルデロー

楽譜を見てスタッカートや付点音符などの既習の音符や記号を思い出し、前半Aと後半Bの旋律の特徴について、グループや全体で話し合う。

また、スタッカートを○で囲むなど、気付いたことを楽譜に書き込みながら、旋律の特徴を感じ取り、全体で共有する。

- ② スタッカートの歌い方を工夫する。

スタッカート＝「その音を短く切って」演奏する。おなかの動きを使って、音を短く切るようにする。実際に自分のおなか（へその横）に手を当てて、動きを確認し、友達とペアになって確かめ合う。

- ③ 旋律の音の上がり下がり強さの関係を理解する。

Bの前半の主な旋律は、のばす音が1音ずつ高くなるにつれて、だんだん強くなっていくことを楽譜や教科書で確かめながら歌う。また、のばす音でクレシェンドするときお腹筋を使うことを意識する。

<i>p</i>	<i>mp</i>	<i>mf</i>
バルデリー	バルデラー	バルデロー

*f* 曲の山  
バルデロホホホホ

※跳躍音程の部分でおなかの動きを感じる。

- ④ 下声部は、音の重なり親しみをもって歌う。

下声部の旋律の音程を取る際、階名唱をすると共に、音の高さを手の位置で表すなど、音の動きを覚えるよう体を動かしながら歌う。



また、音が下がるときに、音程が低くならないように、キーボードなどで音を確認しながら、明るい表情で歌う。“バルデリー” “バルデラー” と、のばす部分で、音の重なりや音量のバランスを確かめ、声を重ねた響きのよさを味わう。

#### ⑤ 旋律の特徴に合う歌い方を工夫する。

スタッカートが多く現れるアの旋律とのばす音がだんだん高くなっていくイの旋律の特徴について話し合い、歌詞の内容とも関わらせて歌い方を工夫する。スタッカートの付いている部分と付いていない部分を歌い分ける。A と B の旋律の特徴に合った歌い方を工夫する。

A：スタッカートがついているところは、弾むように歌う。

B：A にくらべて、のびやかに歌う。

スタッカートの箇所は、笑ったときのお腹の動きを感じて、軽くはずむように歌う。また、言葉が曖昧にならないように、はっきりと発音して歌うように心がける。

この作品は、「ハッピー・ワンダラーズ」(「デア・フレリッシュ・ワンダラーズ」または「Mein Vater war ein Wandersmann」) は人気曲で、原文はフロレンツ・フリードリヒ・ジギスムン (Florenz Friedrich Sigismund : 1791 年～1877 年) によって書かれた。

図 18 の現代の曲は、第二次世界大戦直後にフリードリヒ・ヴィルヘルム・メラーによって作曲された。作品はオリジナルの作品である。

#### “Der fröhliche Wanderer”

1. Mein Vater war ein Wandersmann  
und mir steckt's auch im Blut;  
D'rum wand're ich froh, so lang ich kann  
und schwenke meinen Hut.  
Valderi, valdera, valderi,  
valdera ha ha ha ha ha  
Valderi, valdera,  
und schwenke meinen Hut.
2. Das Wandern schafft stets neue Lust,  
erhalt das Herz gesund;  
Frei atmet draussen meine Brust,  
froh singet stets mein Mund.  
Valderi, valdera, valderi,  
valdera ha ha ha ha ha  
Valderi, valdera,  
froh singet stets mein Mund.

3. Warum singt Dir das Vogelein  
so freudevoll sein Lied,  
Weil's nimmer hockt landaus landein,  
durch and're Fluren zieht.  
Valderi, valdera, valderi,  
valdera ha ha ha ha ha  
Valderi, valdera,  
durch and're Fluren zieht.
4. Was murmelt's Bachlein dort und rauscht,  
So lustig hin durch's Rohr,  
Weil's frei sich regt, mit Wonne lauscht  
Ihm dein empfanglich Ohr.  
Faleri falera faleri falera ha ha ha ha ha ha  
Faleri falera  
Ihm dein empfanglich Ohr.
5. D'rum trag ich Ranzlein und den Stab  
Weit in die Welt hinein  
Und werde bis an's kühle Grab  
Ein Wanderbursche sein  
Valderi, valdera, valderi,  
valdera ha ha ha ha ha  
Valderi, valdera,  
Ein Wanderbursche sein.

図 18. メラー：ドイツ歌謡「愉快に歩けば」

## VIII. 合唱における指導法と指揮法

合唱指では、以下の 6 ポイントに気を付けながら指導を行うことが重要である。

- (1) 曲のイメージをもって歌う。
- (2) 言葉の生かし方 (語感の生かし方)
- (3) フレーズの歌い方
- (4) 歌い方のアドバイス
- (5) 色々な歌い方
- (6) 変声期

第 1 に、曲のイメージをもって歌う。つまり、歌う前から曲のイメージを膨らませるようにする。また、歌い手は、その曲のもっている魅力を最大限に表現し、その曲の魅力を自ら見つけることが大切である。

第 2 に、語感を生かした言葉の生かし方が工夫し、歌は語るように、言葉は歌うように、歌詞を大切に歌う。語感を生かした歌い方を心掛けることが必要である。つまり、言葉のニュアンスを声で表現することが大切である。

第 3 に、フレーズの歌い方は、音楽的なフレーズの繋がりを生かして歌うと、その曲の魅力が引き立つ。



つまり、フレーズは、旋律と旋律受け渡しであるのでフレーズとフレーズの繋がりを意識し、音楽の流れが感じられるフレーズの歌い方を心がける。

第4に、歌い方のアドバイスの言い方、例えば、曲のイメージを膨らませて、一つ一つの言葉に表情をつけて、音楽の流れを大切に表現することが最も重要である。また、聴いている人の心に響く合唱を心がけるなど、アドバイスの伝え方を工夫する。

第5に、演奏記号の解釈・表現を自由に開放する。例えば、*pp*は弱くてもエネルギーを感じて歌う、*cresc.*はだんだん近づいてくる感じて歌う、*decresc.*はだんだん遠ざかっていく感じて歌う、*con moto*は前へ前へ進んで行くように歌う、*Rit.*は列車が速度を落としていくような感じて歌う、アクセントはその音を強調して歌うなど、色々な歌い方を工夫する。

第6に、変声期の適切な指導助言が必要である。変声期は、男女ともに訪れる。特に男子は、変声期が始まると、声がかすれたり、しゃがれたり、声域も下がり始める。この時期は、思うように音程が取れなくなったり、人によっては、声が出なくなることもある。変声が進むにつれて、歌いやすい音域は、だんだん下がっていく。個人差はあるが、変声期が終わるころには、それまでよりも1オクターブほど低い音域が出せるようになる。反面、女子の変声期は、本人や周囲の人が気が付かないうちに過ぎてしまうことが多い。

変声期には、声帯が急激に成長する。その声帯を支える筋肉の成長が追い付かず声帯をうまくコントロールすることができなくなるため、音程がとりにくくなる。また、変声期であることを特別に意識せずに、変化していく自分の声域に合わせていつも丁寧な歌い方を心がけることが大切である。

例えば、低すぎる音や、高すぎる音は、1オクターブ変えて歌ってもよい。こうして、声帯を支える筋肉を適度に使うことで、いずれは豊かで素敵な声を出すことができるようになる。

そして、合唱指導において、合唱における指揮法の役割も大変重要である。

指揮法については、今回選曲した「赤とんぼ」「浜辺の歌」「夏の思い出」「ゆかいに歩けば」では、効果的な指揮法の授業も実践できる。

その際には、①息づかい：指揮者の息づかい（呼吸）②目の動き：音楽的な内容、③顔の表情：音楽的な内容、④明確に演奏者に伝えること、が

重要となる。

また、右手では、曲の速さや拍子の運びを指示し、アクセントやスタッカート、演奏者が演奏に入るタイミング（出）を合図する。その場合は、指揮者の息づかい（伝え方）がセットになっている。そして、左手では、各パートの入るタイミングを指示したり、強弱の変化や音の表情を示し、演奏者にとって分かりやすい指揮を目指すことが大切である。

指揮者は、演奏者にどんな気持ちでどんな演奏をしてほしいのかを、自分の「息」を通して演奏者に伝えることが仕事である。従って、「息」をどう伝えるかが最も重要である。

#### 【合唱指導の10のアドバイス】

- ① 歌詞の内容を理解し、曲のイメージをしっかりとつかむ。
- ② 口の奥をよく開いて、柔らかい声で歌う。
- ③ 音程をしっかりとつかんで、自分のパートの特徴を生かした歌い方をする。
- ④ 伸ばす音が短くならないように、ブレスの仕方を工夫する。
- ⑤ 子音の発音や母音の響きに注意して歌う。
- ⑥ お互いのパートを良く聴き合い、みんなで声をそろえて歌う。
- ⑦ 曲を理解し、その曲に相応しい表情を工夫する。（顔の表情にも注意する）
- ⑧ 曲想を生かし、曲の山や聴かせどころを工夫する。
- ⑨ 一人一人が意欲的に、美しいハーモニーを作る。
- ⑩ 指揮、伴奏、歌が一体となって、聴く人の心に響く合唱を作り上げる。

#### IX. 結論

今回の主体的・協働的・創造的な歌唱指導法に関する研究により、子供たちが未来社会を切り拓くための「資質・能力」を一層確実に育成することの重要性をより一層強く感じた。

これまでとは違った視点で、深い学びの鍵として、「音楽的な見方・考え方」を働かせることが重要であり、そのことにより、より効率的で、効果的な授業が実践できることが分かった。

また、音楽の授業を通して、音楽の「楽しさ」や「美しさ」を感じられる人、「心が開ける人」、「自分らしさ」を発信できる人、「他者と関われる人」、「多様性を認められる人」を育てたいと痛感した。

従って、今後もさらに他者と関わり、協働し、自分らしく表現するための「知識や技能」。また、音楽の根拠や理由を明確に示しながら、自分の考えとして伝え、知識や技能を活用して、新たなアイデアや考えを生み出し、音楽的要素や仕組みを手掛かりに考え、自分らしく表現するなどの「思考力・判断力・表現力」。さらに、主体的に音楽に関わり、新たな表現を協働し、感動し、美しいと感じる態度などの「学びに向かう力・人間性」など、音楽の授業を通して「資質・能力」を育成するために、「音楽を学ぶ意味を考えた授業づくり」の研究を続けていくつもりである。

つまり、今後も以下の5つのポイントを踏まえて、授業を展開していくつもりである。

「資質・能力」の育成を高める5つのポイントとして、第一に、授業における「主体的な学び」を実現するためには、授業は一方的な教師主体ではなく、「対話的な教師主導の授業の実現」が必要であり、児童・生徒の発信を増やすことが大切である。

第二に、多様性を認めたり、受け入れたりする活動を授業の中に取り入れる。

第三に、他者との関わりや多様性の認識や理解を通して、自分自身を振り返り、見つめ直す内容を授業の中に取り入れる。

第四として、他者と共に表現し、創造できる授業内容を取り入れる。

第五として、対話する対象の枠を広げ、「資質・能力」の育成を高める。

また、授業に関する様々な考え方を踏まえ、音楽に関する豊富な知識、指導法、効果的に貢献する能力、能力開発に継続的に取り組む必要があることを痛感した。つまり、教員養成、新人研修、能力開発の各連携をさらに強化していく必要がある。

勿論、教員自身が自らの責任において、継続的に能力開発を行い、教員の成長を継続的に支援する体制も構築する必要があると考える。

教員の生涯教育を促進すると共に、授業を強化するための教員による研究の重視、教員による新知識の吸収、授業改善などを積極的に実践・分析し、その能力の開発の効果を実証することも大切である。

そして、児童・生徒と向き合い、その成長を助け、社会に貢献するという姿勢が最も重要と言えよう。

## 注

1. 文部科学省『学習指導要領』（教育芸術社、2019年）、p.3.
2. 家永長次郎著「若き日の三木露風」（和泉書院、2000年）、pp.204-205.
3. 教育出版株式会社編集局編「音楽のおくりもの」（中音2・3上）（教育出版）、p.18.
4. 同上「音楽のおくりもの」（中音1）（教育出版）p.22.
5. 牛山剛著「夏がくれば思い出す」―評伝 中田喜直（新潮社、2009年）、p.98.

## 【主要参考文献】

1. シャーリー・エモンズ／アルマ・トマス著『声楽家のための本番力』曾ちはる訳、音楽之友社、2008年.
2. デイヴィッド・プレア・マクロスキー著『美しい発声法』高山教子訳、音楽之友社、1939年.
3. フックス著『歌唱の技法』―すぐれた歌唱法への道―、伊藤武雄訳、音楽之友社、1970年.
4. 浅香淳編『歌唱へのアドバイス2』（声楽ライブラリー）音楽之友社、1983年.
5. 浅香淳編『呼吸と発声』（声楽ライブラリー3）音楽之友社、1983年.
6. 家永長次郎著『若き日の三木露風』、和泉書院、2000年.
7. 石井末之助著『声のしくみ』―声を使う人のやさしい音声学入門―、音楽之友社、1974年.
8. 牛山剛著『夏がくれば思い出す』―評伝 中田喜直、新潮社、2009年.
9. 大賀寛著『美しい日本語を歌う』カワイ出版、2008年.
10. 斎藤秀雄著『指揮法教程』、音楽之友社、2014年.
11. 酒井弘著『発声的技巧とその活用法』音楽之友社、1979年.
12. 清水敬一著『合唱指導テクニック』―基礎から実践まで―、NHK出版、2012年.
13. 清水敬一監修『必ず役立つ合唱の本』レベルアップ編、ヤマハミュージックメディア、2014年.
14. 富澤裕著『歌唱共通教材指導のヒント』音楽之友社、2013年.
15. 長峰佐和著『日本歌曲の詩想』、森企画、1998年.