

# LPO

レッスン プラス ワン

Jan & Feb, 2011

131

ホームページ “LPO” CLUB  
URL: <http://www.musenet.co.jp/lpo>

LPO編集室：〒174-0063 東京都板橋区前野町3-43-7 楽譜専門部 ㈱松沢書店内 TEL：03-5970-5917

最終的に音楽は、いろいろな筋力と関節の組み合わせで音色などが変化していきます。技術で苦勞することが少なくなると、練習時間の短縮ばかりではなく、音楽を楽しく勉強できるようにあります。

さらに今回は、今まであまり詳しく書かれていなかったペダルについても記載しています。曲になって初めてペダルを使うのではなく、足がペダルに届かなくても、小さなうちから正しいペダルの踏み方を練習していくための方法が詳しく解説されています。

ピアノを練習して、腕が疲れたり手を痛めたことがありますか？ これは普段使わない筋肉を急激に使ったり、無理な力で弾いたりする為です。本著は無理なく、無駄のない筋力トレーニングをしながら楽にピアノが弾けるようになるための本です。

前著の「ピアノを弾くからだ 指のトレーニング編」は、体の仕組みを知り、指のトレーニングをする方法を紹介していますが、本著は一步進んで、手のひらの筋力、腕の筋力を使ったトレーニングの方法を紹介しています。

技術的に難しいとされる3度の奏法、速いオクターブの奏法、筋力が必要とされる跳躍などは、筋力の使い方、練習の仕方を間違ってしまうと腕や体を壊してしまうことにもなりかねません。そのためにも、早い段階から必要な筋力のトレーニング（テクニク）が大切になってきます。また、音楽の表現のためにも、指や、手のひら、腕の筋力をつけておくことは大切です。

筋力が意識でき、筋力がつく練習での速さはモデラートぐらいなので、本著ではむやみに速く弾くのではなく、少し遅めのテンポでトレーニングしていきます。ただ練習するのではなく、どの筋力をどのぐらい使うか、重みをどのぐらいかけるか、どの関節をどのように使うかを考えていければ、幅広いニュアンスを出すことが楽になります。筋力の使い方や、音楽の表現に大切な筋力や関節などの使い方、どのように練習するのが一番効果的かを記載しています。



ヤマハミュージックメディア

DVD付 黒河好子のPianoサブリノ

## 続 ピアノを弾くからだ

〈筋力・ペダルのトレーニング編〉

黒河好子

（黒河好子著／定価2940円） ※1月下旬発売予定

ピアノではほとんどの曲がペダルを使って弾きます。楽に弾くためにペダルがあるわけではなく、音色や響き、特にピアノは減衰楽器ですから、音を響かせるために使ったり、ニュアンスをつけたりする時にも使います。

せっかくテクニクがあっても、ペダルを上手く使いこなせなければ、音楽は効果的に伝わりません。今回はいろいろなペダルの使い方、足の位置や、動かし方など、詳しく説明しております。音楽性の為にもペダルのトレーニングは必要不可欠ですので、筋力編と合わせてトレーニングしてみてください。

付属DVDは本著に沿って、より分かり易く説明しております。このトレーニングは前著同様に、毎回レッスンで行うのではなく、各自で好きなだけトレーニングする方法を取っております。食事を取るように、毎日少しでも良いので練習してください。先生方はレッスンの時間がある時や、3か月に1度くらい見てあげるだけで良いでしょう。このトレーニングは8歳くらいの子供から大人まで使用できるようになっています。

多くの知識を持ち、体の仕組みを理解し、正しく弾けるために時間を使うことが、無駄のない上達への近道だと思いますので、是非本著を参考にして音楽を楽しんでほしいと思います。

黒河好子（くろかわ よしこ）

桐朋学園大学音楽学部演奏学科卒業。日本フィル定期演奏会ソリストとして、また札幌交響楽団等オーケストラと数多く共演。男声合唱とピアノのためのディプロク（湯山昭）の初演をはじめ、合唱や室内楽など全国で活躍。1989年「カムレド」を結成、多方面でコンサート活動を行っている。1993年、札幌市民文化奨励賞受賞。ピアノ講座や公開レッスンを全国各地で展開中。社団法人全日本ピアノ指導者協会正会員。シヨパン国際ピアノコンクールE. Asia、毎日こどもコンクール、全日本学生音楽コンクール審査員。PTNA ステップアドバイザー。



2011年は、ポピュラーにも強くなる！

# ピアノの先生のための ポピュラー理論テキスト

新しい年がやってきました！「一年の計は元日にあり」といいますが、今年は何か新しいことに挑戦してみませんか？……というところで、今年ではまだピアノの先生方に馴染みの薄くと思われる「ポピュラー理論」を特集。ポピュラー理論を押さえておくことで、市販楽譜のアレンジなどに役立つのはもちろん、クラシック作品をポピュラー理論の観点から見直すことで、新たな発見もできそうです。まずは買った先に行っておきたいコード理論をはじめ、スケールリズム、アレンジ、セッション演奏ノウハウまで、おすすめのテキストをご紹介します。

## まずは「二」から始めましょう！ コード理論入門書

ピアノの先生のためのアクティブ・トレーニング  
☆コードネームを弾きこなそう  
①簡れて入門編 ②いよいよ充実編 ③身高々編  
(春畑セロリ 著/ヤマハ 各1260円)



これからコードの勉強をする方にもっともおススメなのがこちら。全

3巻を通して、コード進行を手掛かりとした簡単な即興演奏ができるまでを学びます。このシリーズの魅力は、なんといつでもその親しみやすいテキスト構成。各巻は1日2ページ見開き×4週間で構成され、その中にドリル部分もちゃんとあるので、無理なく確実に進めていくことができます。

同じ春畑先生による「コードの達人 超入門編」(ヤマハ 1575円)、「DVD 春畑セロリのコード・キャンパス」(2940円)を併用するのもおすすめです。

☆ピアノのためのコード学習帳 模範演奏  
(角聖子 監修 藤原豊 植田彰 著) CD付  
リットー 1890円



本書は「解説を「読む」「譜例を弾く」の3ステップで構成。特

に「弾く」部分が充実しており、譜例は300点以上。学んだ理論を実際のピアノでたくさん弾くことによって、よりリアルに身につけていくことができます。また、最も実践的な章である「Chapter 7」については、角聖子先生による模範演奏CDつき。

## 覚えた理論をどんどん実践！ コード・エチュード

☆あきない！ハノン コード強化編  
ジャン・ポワズを弾くための☆ピアノ・トレーニング集CD付  
(宮前幸弘 著/リットー 1575円)



本書はジャズやポップスでよく使われるコード進行をもとに、移調

やリズム変化、ジャンルを変えたりした七変化練習が満載の「コードに強くなるエクスサイズ」全54曲。これまでの《指を鍛える》というコンセプトは大切にしつつも、コードのセンスを身につけることに主眼が置かれています。それぞれのエチュードに8ビートや16ビート、サンバ風、ボサノヴァ風など、さまざまなリズム・パターンが盛り込まれているのも非常に魅力的。付属の模範演奏CDも必聴ですよ！

☆ピアノ・コード・トレーニング  
(中西哲士 考案 永井ひとみ 監修) CD付  
リットー 5250円

本書は、A4判×4ページ、見開きラミネート加工のコンパクトなコードシート。実際の曲によく使われる12種類のコードをよく使われる順に配列掲載。通して弾くことで、よりコードに親しむことができます。まずは譜面を見ながら弾き、慣れたら「一



ドネームのみを見て弾くなど、さまざまな使い方ができます。

## コード理論と併せてマスターしたい！ スケール理論

☆ピアノのためのスケール&ソロ・フレーズBOOK CD付  
(堀越昭宏 著/リットー 1995円) ※1月下旬発売予定

コード理論をより理解するために、併せて押さえておきたいのが「スケール」。本書は、数多くあるスケールを仲間分けし、「仲間同士なら同じ」のスケールで代用できる」という分類法を採用することも、各スケールについてもしつかり解説。さらに、実際のコード進行における各スケールの使われ方の例示や「ios」(小ワザ)集も収録しているので、アドリブ・フレーズのネタを増やしたい方にもうってつけです！

☆音楽理論 スケール&コード編  
マスタースeriesの (ソシオン) 1890円

7つの教会旋法やドミナントで使えるスケールなど、代表的なスケールをすべての調で掲載。スケールから生成されるヴォイシング例も、すべての調で掲載されています。②「テンション&コード編」③「近親転調編」(同) 各1890円(もあじます。

学んだらどんどん実践！ポピュラー概論、アレンジ、セッションノウハウなど  
**10の教材**

ピアノの先生のための楽しいスキルアップセミナー  
**☆ポピュラスと仲良くなる本**  
(春畑セロリ 著/ヤマハ 1680円)



ピアノの先生がポピュラー理論を学ぼうとするとき、それぞれ

なく一冊としておすすめなのが本書。「ポピュラスってどんな音楽？」からはじまり、さまざまなスタイルのポピュラス解説やそのリズムスタイルについて、そしてコード理論や楽譜リライツ術、リズムスタイル別アレンジ・アイデア集、さらに「ポピュラス大好き生徒と付き合う法」まで盛り込んだ、充実の内容となっております。

ピアノの先生のための楽しいスキルアップセミナー  
**☆ピアノアレンジの謎を解く**  
【超入門編】  
(春畑セロリ 著/ヤマハ 1575円)

それぞれの理論を学んだ後の実践編の心とつであり、ピアノの先生にとっても必要に迫られる機会が多いといえる「ピアノアレンジ」。本書は、そのアレンジについてたくさんさんの譜例とともに、やさしくやさしく解説した一冊。また、ソロだけではな



伴奏、連弾アレンジのコツについても触れられています。

**☆ジャズピアニストがバンドの中でやるべきこと**  
究極のジャズピアニスト用マニュアル  
(川島 茂 著/中央アート 1890円)



ポピュラー理論をしっかりと学べたら、ぜひ挑戦してみたいのが、ジャズなどのセッションへの参加。

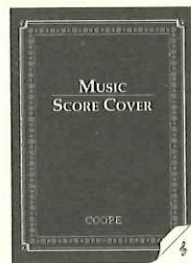
本書はそのセッションへの参加に際してあらかじめ身に付けておくべきことを網羅した一冊。セッションの代表的かつ象徴的な5曲を例題として取り上げ、それぞれ「リード・シート」「イントロ」「コードバックキング」「アドリブ」「エンディング」などの項目について、実際の演奏例譜をまじえて解説されているので、読む+弾くの双方向から理解を深めていくことができます。あとは実践するのみ！

……いかがでしたか？ 普段なかなかその扉を開けづらいポピュラー理論ですが、2011年はぜひその扉を明るく開けちゃいましょう♪ (取材・文 LPO編集室)

**LPOの今月はコレに注目!!**  
第68回

ヘンレ版などにおすすめ！大切な楽譜をしっかりと守ります♪

**ミュージックスコアカバー**



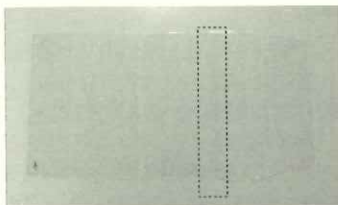
松沢書店 クラブ事業部  
525円(2枚入り)  
1月中旬発売予定

ヘンレ版をはじめとする、表紙がノーコーディングのシンプルな楽譜。素朴な紙の質感はなんとも味わいがあってステキですが、いかなせん強度に欠け、知らず知らずのうちに折れてしまったり、破れてしまったり……ということ、ありませんでしたか？

今回ご紹介する「ミュージックスコアカバー」は、こうした楽譜を美しく保つために生まれました。ピアノ教本・曲集にもっとも多い「菊倍判」を対象として「バーナムピアノテクニック」のような厚さ数ミリの楽譜から、いわゆる「作品集」のように、厚さ数センチの楽譜までさまざまな厚さの楽譜に対応できる仕様となっております！

※材質の特性上、PPコート加工、熱処理加工の表紙の楽譜に長期間使用しますと、気温や湿度により密着等の現象が起る可能性があります。このような楽譜への長期間の装着はお避けいただくことをおすすめいたします。

また、表紙側の右下部分には、ト音記号のかわいいフンポイントも。2011年の新アイテムとして、ぜひチェックしてみてくださいませ！



こちらがカバーを広げた状態。点線部分に楽譜をしっかりと留める「ベルト」がついています。(カバーサイズ:W630×H313mm)



こちらが表紙紙右下部分のフンポイント。カバーをかける際の目印にもなりますよ♪



ステキだけど強度が心配だったヘンレ版の楽譜もこれで安心♪最厚級のベトーヴェン・クラヴィアソナタもしっかり保護できます。

# 新刊&おすすめ本コーナー

## おすすめの音楽書

recommend!!



### ●ツェルニー ピアノ演奏の基礎

音楽のメッセージを、もっと明快に、もっと効果的に、聴き手の心に届けるために。

ベートーヴェンの弟子、リストの師匠であったツェルニーによる、懇切丁寧で実に音楽的なピアノ奏法入門書。古典派からロマン派への音楽の大転換期に、どのような演奏が美しく価値あるものとされていたか、非常に実践的・具体的に、各種の演奏法が解説されています。譜例も多数掲載。

(C. ツェルニー 著、岡田暁生 訳・解説／春秋社 2730円 好評発売中)

### ●ムック ベストパフォーマンスを引き出す ～演奏者勝利学実践ノート～

好評既刊「演奏者勝利学」がパワフルアップ! すべての演奏者がベストの演奏をするための実践的なワークブックです。

(辻 秀一 編/ヤマハ 1890円 1/下)

### ●マンガでオペラ

#### ③蝶々夫人/④トゥランドット

オペラの名作がマンガで楽しめる! すでに好評発売中の「①カルメン」「②椿姫」とあわせてぜひ。

(中野京子 監修・解説/ヤマハ 各945円 1/下)

## \* 教本・曲集 \*

### ●ゲーム感覚で学べる はじめての聴音

・使用ガイド(CD2枚付き) 2100円

・書き取りノート 630円

本書は最も基本的な聴音の書き取りができるようになるまでを、楽しくゲーム感覚で学びます。拍子や正確な音価への意識を育て、音楽的な応用力も養います。

(永瀬まゆみ 著/ヤマハ とともに1/中)

### ●新 WAKUWAKUピアノテクニク①・②・③

好評既刊を3巻に分けてリニューアル。日常生活に密着した表題やイラスト付きで「楽しみながら学ぶ」「イメージネーションを育てる」テクニク教材です。(飯田真樹、川崎みゆき 著/ヤマハ 各945円 1/下)

### ●小さくたってじょうずな手 学習中のピアニストのための34の小品

アンリエット・ピュイグ＝ロジエによる、子どものためのやさしいピアノ曲集。左右の手を対称的に動かす「反進行」で書かれているのが大きな特徴で、合理的に、短時間のうちに効果を上げることができます。(永富正之 解説/音友 1890円 1/下)

### ●ピアノのためのアベセテール 26のバガテル

「アベセテール」とはアルファベットのことで「入門書」といった意味も。本書では、AからZまでのアルファベット順に並んだ全26曲の中に多彩な音楽を収録。各曲を学習していくうちに、ピアノ・テクニクの基本が自然に身につくよう工夫されています。(A. ピュイグ＝ロジエ 作曲、野平一郎、野平多美 解説/音友 1890円 1/中)

### ●全巻ピアノライブラリー ラフマニノフ:ピアノ小品集

ラフマニノフ作曲のピアノ作品、ライラック、ひなぎく、オリエンタル・スケッチ、W.R.のポルカのほかに、平井丈二郎編曲によるクアンタンテ・カンタービレ(パガニーニ狂詩曲第18変奏)、<ヴォカリーズ>を収録。

(平井丈二郎 校訂・解説/全音 1260円 1/中)

### ●ピアノソロ クラシック はじめての古典派

●ピアノソロ クラシック はじめてのロマン派  
各時代を代表する3人の作曲家の代表曲をやさしくアレンジ。作曲家たちのかわいいうイラストつき。(シヨパン 各1575円 発売中)

### ●小さな手と発表会のための こどもピアノれんたん

「こどもピアノシリーズ」から連弾曲をピックアップ。【みんなが知っているうた編】【クラシック編】【スペシャルデー編】のシーンに合わせた3章立て。

(鈴木豊乃 編曲/カワイ 1470円 1/中)

### ●DUO～ピアノ連弾名曲集～①・②

長らく品切れとなっていた「みんなのデュエット(全3巻)」のリニューアル。これまでの収録曲から人気の高い曲を厳選収録したほか、全35曲中の14曲を新規に追加して収録。

(児玉幸子 監修/学研 各1470円 1/下)

### ●レスピーギ ピアノ連弾作品集

ローマ三部作から「噴水」と「松」、そして「リュートのための古風な舞曲とアリア」の第1組曲も含め、すべてレスピーギ自身がピアノ連弾作品に編曲したものを収録。

(西原昌樹 解説/ヤマハ 2940円 1/中)

## \* ヒット曲&TVテーマ曲 \*

### ●ピアノ・セレクション ピース Song by AKB48

【曲目】チャンスの順番、Beginner、ほか。(kmp 1050円 1/中)

### ●ピアノでひく うたとやさしい伴奏

こどもヒット～アニメパンマンのマーチ～  
アニメで人気の曲、季節の曲など、みんなて歌いたい曲を集めました。話題の「ドコドコキノコ」も!(ヤマハ 1785円 1/下)

### ●バイエルで弾ける みんなでアニメ

「宇宙戦艦ヤマト」「ルパン三世のテーマ」からジブリ作品まで、大人から子どもまで、誰もが知っているアニメソングをやさしくアレンジ。(カワイ 1680円 1/中)

### ●ディズニー・ソング大全集

「ミッキー・マウスマーチ」～「ハイスクールミュージカル」ディズニーの珠玉の名曲を、豪華なイラストとともにお届け。(2005年発行の「ディズニー・ソング大全集 トリジャー・オブ・ソングス」の改訂版です) (ヤマハ 4095円 1/中)

### ●ピアノ・ソロ やさしいアレンジ!

#### フィギュアスケート名曲セレクション

2010-11年シーズンの演目を、ブルクミューラ程度で楽しめるよう編曲。やさしくてもピアノ演奏で楽しめる響きにこだわりました。(全音 1050円 1/中)

※発売前の商品に関しては予定価格となっておりますので、発売後の価格が若干異なる場合がございます。また、品切の場合は何卒ご容赦くださいませ。

※価格はすべて税込金額での表示となっております。