

LPO

レッスン プラス ワン

Nov&Dec, 2018

178

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：03-5970-5981



ヤマハミュージックメディア

目からウロコの

ピアノ脱力法

馬場マサヨ

(馬場マサヨ著 定価「本体1600円+税」好評発売中！)

■「目からウロコ」シリーズ3作目の特徴

『目からウロコのピアノ脱力法』は、私の「目からウロコシリーズ」の3作目の本になります。1作目の『目からウロコのピアノ奏法』は、日本人と西洋人の身体の使い方の違いに着目し、日本人が西洋の楽器であるピアノを弾く上で留意すべきことを書いたものです。2作目の『目からウロコのピアノ指導法』は、子供が楽しみながら上達するためにどうしたらよいかということを書きました。ポインントは、読譜力の伸ばし方と音の聴き方です。

今回の『目からウロコのピアノ脱力法』は、1作目の内容をさらに詳しく書いたものです。特徴は二つあって、一つは、肩・上腕・前腕と身体の部位ごとに、無駄な力の入る原因(痛みの原因)を説明し、それぞれの場合の脱力の仕方を具体的に書いたことです。もう一つは、その説明に当たって解剖学的な根拠の考察を大切にしましたことです。解剖学的な考察は難しいですが、どうしても必要なことです。たとえば前腕に痛みが生じる原因は前腕ではなく、指の動きや手首の傾きにあることが多いからです。骨や筋肉の仕組みが分からないと、脱力の方法も本当にはわかりません。

■ピアノ演奏における脱力とは

脱力法は、リラックスして力を抜いて弾けばよいというような単純なものではありません。ピアノを脱力して弾くということは、合理的に力を入れてピアノを弾くということです。「力を入れるべきところ」に力を入れ、「入れないといけないところ」に入っている力を抜くということです。「入れてはいけないところ」の力は、無意識に力を入れていく場合が多いのですが、無意識の力に気づいて力を抜くのは易しいことではありません。でも、本書は力の抜き方

を一つ一つ具体的に説明していきますから安心してください。手や指の動きを文章で表現することはとても難しかったのですが、写真やイラストをたくさん使ったのでわかりやすくなったと思います。

■ピアノ演奏者、指導者の方へ

「練習しているのに上手く弾けない」「ピアノを弾くと手が痛くなってしまおう」と悩んでいらつしやる方に、本書を是非読んでいただきたいと思えます。本書は情報量が多いので、内容を理解して実践するのに時間がかかるかもしれませんが、実はその過程の時間が大切なのです。脱力法を身につけることは、自分の弾き方を見直すということです。この本を読んでご自分の弾き方を見直し、より豊かな音の追求の新たな一歩を踏み出していただければ、著者としてこれ以上の喜びはありません。



馬場マサヨ (はば まさよ)

名古屋市長薊里高等学校音楽科を経、東京藝術大学音楽学部ピアノ科卒業、同大学大学院音楽研究科修士課程修了。

これまでに、NHK交響楽団、オーケストラアンサンブル金沢、名古屋フィルハーモニー交響楽団、セントラル愛知交響楽団等のオーケストラと共演、親しみやすいレクチャーコンサートや、親子の名曲コンサートなどを全国各地で行う。

著書に「目からウロコのピアノ奏法」オクターブ・連打・トリル・重音も即克服「目からウロコのピアノ指導法」講読みが苦手…は克服できる！先生も生徒も楽しいレッスン「ヤマハミュージックメディア」がある。現在、金城学院大学文学部音楽芸術学科教授。

発表会だけでなく、普段のレッスンにも☆

おすすめ連弾曲集

2018

◆連弾バイブル

息ぴったりデュオになろう！

（春畑セロリ、デユエットウ 編）
音友 2000円＋税



作曲家とピアノデュオがタツクを組んだ、おそろく本邦初の「連弾バイブル」。「和音の響き」や「休符の共有」など、連弾に重要なテーマに沿った魅力的な小品を弾きながら、連弾の極意を身につけていきます。最初は「弾かない」アプローチをとっているのもユニーク。演奏の質を高めるための「フォームやアドバイスも満載」いつもの連弾が変わります！

◆にじいろのおくりもの

連弾編 1、2

（丸子あかね 選・校訂）

学研 各1800円＋税

※11月中旬発売予定



作曲家とピアノデュオがタツクを組んだ、おそろく本邦初の「連弾バイブル」。「和音の響き」や「休符の共有」など、連弾に重要なテーマに沿った魅力的な小品を弾きながら、連弾の極意を身につけていきます。最初は「弾かない」アプローチをとっているのもユニーク。演奏の質を高めるための「フォームやアドバイスも満載」いつもの連弾が変わります！

◆デイズニー&クリスマス

（ヤマハ 1800円＋税）

入門×初級 いちばんやさしいピアノ連弾
左右にわかれて見る楽譜

プリモはメロディがメインの入門レベル、セコンドは伴奏がメインの初級レベルで、それぞれのパートが左右のページに配された「いちばんやさしいピアノ連弾」シリーズ



「にじいろのおくりもの」シリーズに連弾編が登場！生徒さん同士で取り組める4手連弾曲を厳選。さまざまな国の曲や目新しい曲、さらに、少し難しめのチャレンジ曲も収録した、こだわりのラインナップとなっています。

◆中・上級編 王様のピアノ「連弾」クリスマス 第2版

（上田真樹、大場陽子ほか編曲）
全音 1800円＋税



「弾き映え」と「弾きやすさ」が融合したピアノステイックなアレンジが好評のシリーズ、クリスマス編。「中・上級編」のほか、「初・中級編」（1600円＋税）も、あわせてチェックを。

◆ピアノ連弾 きらきらピアノ

子どものピアノ連弾名曲集 1、2

（轟 千尋 編／全音 各1200円＋税）

さまざまな音の響きを通して、子どもの「耳」を育てる「きらきら」シリーズの連弾曲集。プリモもセコンドも、どちらの主

ズ。今回の「クリスマス編」は、おなじみのクリスマス定番曲はもちろん、「ひいらぎかざろう」「ミッキーマウス・マーチ」など、デイズニー曲との楽しいコラボアレンジも。巻頭、巻末には美しいカラライラストつき。

◆ピアノびつくり箱 1、2

（樹原孝之介 編曲・著）
アルソ 各1300円＋税



「メリーさんの羊」「ぶんぶん」「おなじみのメロデー」を、2種類の異なる曲調の伴奏に合わせることで、色彩感やセンス、合奏能力が養われる。楽曲&演奏ポイント解説&めりえ付き。

◆いっぴんでもごちそう New

（春畑セロリ 作曲／音友 1200円＋税）

奏者5人がそれぞれ指定の1本の指だけで演奏する「5人5本指」連弾。1本指×5本？と侮るなかれ。セロリマジックにかかれば、それぞれの指の特徴にぴったり。の曲想で、リズムミッドでオシャレなサウンド

役になることができて、一緒に演奏することでも生まれるたぐさんの魅力的な響きを味わいながら、お互いの音を聴く力、アンサンブル力を育みます。



玉の6曲を収録。

ドが出現します！「おやゆひらぐ」や「ひとさしゆびサンバ」など、珠

コンサート・ピースコレクション

◆ピアノ連弾 はるいろいろのステップ

(ピティナ 選曲/カワイ 14000円+税)



初級から中級から取り組める、それぞれの個性が際立つ作品集。巻末には各

作曲者による解説も収録。

◆連弾組曲集 時の旅

(樹原涼子 作曲/音友 17000円+税)

「小さな時間旅行」と「美しい時間」の2つの連弾組曲からなるオリジナル曲集。特に「小さな時間旅行」は、子どもにも取り組みやすいレベルで、さまざまなモードを味わえます。樹原先生に



先生に

る「お話」と一緒に演奏すれば、発表会の立派なプログラムにも！

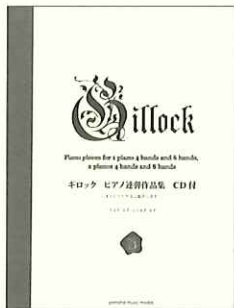
◆新標準版 ギロツク

ピアノ連弾作品集

「オリジナル作品と編曲による」CD付

(伊藤仁美 校訂、CD演奏)

ヤマハ 24000円+税



ギロツクによるオリジナル連弾作品のほか、ソロ作品、他の作曲家作品を連弾に編曲したものも収録。1台4手、6手、2台4手、8手など、多彩な編成。

◆ピアノ連弾 Les Freres (アンソニー)

The BEST SCORE

(Les Freres 監修)

ヤマハ 28000円+税



熱狂的ファンを持つピアノデュオ・レ・フレールのオリジナル作品集。

レベルは紛つことなき上級ですが、そのぶんカッコよさも抜群です！エネルギー溢るシユな中高生男子にいかがでしょう？

(取材・文 LPO編集室)

連載

まるみえ先生の

マイピアノ楽譜で たのしくレッスン♪

第2回

ミドルCから5指ポジションへスムーズに移行しよう

現在、ほとんどのピアノ導入教材はミドルCポジションから始まります。

ミドルCポジションとは、中央のドに左右の親指を置くポジションです。右手・左手の指番号、大譜表での鍵盤の位置関係の把握、右手、左手奏、交互奏による演奏体験などが主なカリキュラムです。音符も読みやすく、運指も覚えやすいので、低年齢化しているピアノレッスンには最適だと思います。

しかし、いずれはミドルCポジションから、右手も左手も平行的に動く5指ポジションに移行する必要があります。そこで、早い段階から各音から始まる5指ポジションを意識してのレッスンを、マイピアノ楽譜で準備することをおすすめいたします。

【進め方】

- ①ひらがなやカタカナでド〜ソ、レ〜ラ、ミ〜シなど、各音から始まる音名5音を覚える
- ②音符に書き直して弾く(ト音記号、ヘ音記号で書く)
- ③左手は重音での練習をする

【この練習のメリット】

- ①楽譜を読むことが苦にならない
- ②両手奏や重音での演奏で和声感を養う
- ③指番号と音名の同化を防ぐ(親指(1)はドであるなど)練習する曲のポジションを意識したレッスンアプローチは譜読みぎらいの生徒さんへの効果があり、楽譜への興味も深まること間違いなし！

今回の動画では、「10人のインディアン」「たんじょう日のマーチ」を取り上げ、実際の書き方をご紹介します。ぜひご覧ください！



●中西美江(なかにし・みえ) プロフィール
奈良・新大宮ほこおほこピアノ教室主宰。生徒さんの目の前で書くレッスンをして30年。ポピュラー、ジャズなどを取り入れた独自のカリキュラムでレッスンを行う。「マイピアノ楽譜」で各地で講座開催中。
<http://www.pocoapoco-piano.com/>

特典動画もぜひチェックを！
(YouTube サイト)



新刊&おすすめ本コーナー

おすすめの音楽書

recommend!!



●幼少期ピアノお悩み相談室Q&A

指導にまつわるさまざまな悩みを解決!

ピアノの先生なら誰もが感じたことのあるお悩みを、Q&A形式で解説。教室運営で大切なこと、様々なタイプの子どもとの接し方、レッスン内容の工夫、保護者の方とのお付き合い……今より自信をもって講師の仕事に向き合うためのヒント、レッスンで今すぐ使える実践的なアイデアが満載です!

(笹本小野美、飯高陽子 著/シンコーミュージック 1500円+税 好評発売中)

●音が変わる!演奏がラクになる!ピアノ骨体操 (矢野龍彦、須関裕子 共著/音友 1850円+税 発売中)

●ドビュッシー ピアノ曲の秘密 DVD付 (青柳いづみこ 監修/音友 2000円+税 発売中)

●「気になる子」のわらべうた (山下直樹 著/ルヨウカ 1500円+税 発売中)

●ピアノ・練習方法ガイドブック 上達するためのアイデア (岳本恭治 著/サーベル 1800円+税 11/中)

* 教本・曲集 *

●リトミック・ソルフェージュ ともだちのーと 4-1、4-2【新版】

既刊「ともだちのーと4」[同5.]の新版。音符書き、拍子区切り、楽譜の書き替えなど、いろいろな角度から音楽を体験します。(石丸由理 編著/ドレミ 各600円+税 11/下)

●ちびっこワーク・ブック おんぶはともだち 好評既刊「ちびっこピアノ」に対応。2・3歳の幼児から使え、ゆっくりのペースで進んでいきます。(遠藤啓子 著/サーベル 950円+税 11/中)

●ピアノ導入期のためのプレ・リーディング曲集(伴奏パート付) ウェンディの“黒鍵であそぼう!” プレ・リーディング譜、黒鍵だけ、伴奏パート付きで、導入期から楽しく弾ける。

●やさしいピアノ小品集 ウェンディの“ごちそう!” ●やさしいピアノ小品集 ウェンディの“はっくしゅん!” 初級段階の子どもたちが飽きずに楽しんで取り組める曲集。

(W. スティーブンス 作曲、安田裕子 訳・解説/全音 各1000円+税 11/中)

●YAMAMOTO METHOD スタンダードピアノ③ 導入・初級から中級・上級まで一貫して学べるメソッド。子どもから大人まで、年齢を問わずお使いいただけます。(山本英子 著/共同 1200円+税 11/下)

●大人のピアノ/コード・トレーニング コードの知識を基礎的なものに絞り、基本的なコード奏を無理なく学びます。(野呂芳文 著/ドレミ 1000円+税 11/下)

●いちばんやさしい 3さいからのソルフェージュ うたのおうも

音符をよんで、うたって、楽譜を読むために必要な基礎力を身につけます。オールカラーでかわいいキャラクターたちと一緒に、楽しみながら取り組みます。(高橋千佳子 著/ヤマハ 900円+税 11/下)

●ピアノフリーステップ 音楽総合力が身につく初級名曲集 数々の世界的ピアニストを育ててきた名指導者が、テクニックや読譜力、耳の鍛えられる初級曲を厳選。モーツァルト《キラキラ星変奏曲》ほか全31曲。(江口文子 選曲・編集/音友 1200円+税 11/下)

●ピアノ曲集 千原英喜「星月夜」34の音の画集 合唱界で不動の人気を誇る作曲家による、歌心あふれる34のオリジナル作品集。レベルはブルクミュラー～ソナチネ程度、フオンテックよりタイアップCDも同時発売。(千原英喜 作曲/全音 1800円+税 11/中)

●ピアノソロ ドラゴン やさしいグリーヴ ●ピアノソロ ドラゴン やさしいブラームス それぞれ、ソナチネ程度の技量で弾けるよう編曲。有名なメロディーを中心に抜粋、気軽にピアノで楽しめます。(中島龍一 編著/共同 各1500円+税 発売中)

●はじめてのジャズとアドリブ入門 ピアノ ジャズのリズムやハーモニー、メロディーの組み立て方を基本から学べるテキスト。付属の2枚組CDにはマイナスイフン(カラオケ)を多数収録。(M. スタインル 著/ATN 2000円+税 11/中)

* ポピュラー曲集 * その他

●ゆめキラ☆キッズピアノ たのしいメロディ ~ピアノであそぼう~ ドレミ音名、鍵盤図つきの曲集。コンビニ入店音、クイズ正解音など、楽しい曲ぞろい! (ヤマハ 980円 11/下)

●月刊Piano プレミアム 極上のピアノ2018秋冬号 クラシックからポピュラーまで、“弾いていて気持ちいい”弾きごたえ十分、華やかに映えるアレンジを揃えました。(ヤマハ 1300円+税 11/中)

●月刊ピアノ 2018年11月号増刊 ピアノで楽しむ クリスマス・ソング Best Selection 2018

今年は「アヴェ・マリア」大特集♪ シューベルトをはじめ、さまざまな「アヴェ・マリア」のほか、定番の讃美歌、J-POP、洋楽を、さまざまなアレンジでお届け! (ヤマハ 1400円+税 発売中)

●ピアノソロ 卒業アルバム2019 1900円+税

●ピアノソロ やさしく弾ける 卒業2019 1800円+税

2019年らしい卒業シーンを演出! 今年の話題曲と卒業の定番曲を織り交ぜて収録。(ヤマハ 各11/下)

※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。

※価格はすべて本体価格(税別)での表示となっております。