

芦屋大学論叢 第76号
(令和4年3月24日)抜刷

《研究ノート》

小学校教員に必要な聴唱，視唱の技能についての考察

—正しい音程で歌うために—

薬谷佳苗

《研究ノート》

小学校教員に必要な聴唱，視唱の技能についての考察

—正しい音程で歌うために—

薬谷佳苗

芦屋大学臨床教育学部非常勤講師

1 はじめに

どこを歩いても BGM が流れる街中，若者たちはオーディオ機器を持ち歩き，ゲームやアニメーションの中でも絶えず音楽が鳴っている現代に於いて，若い世代にも正しい音程で歌えない，いわゆる「音痴」と呼ばれる人々がいるのはなぜだろうか，と常々疑問に思っていた。幼いころからピアノを習い，苦手意識なく，むしろ褒められることを喜びとしながら歌ってきた筆者には，音がとれないことが理解しがたいことであったからだ。しかし，ふと，友人との会話の中で，ある CM ソングの話になった時，耳憶えだけであったそのメロディを歌ってみると，友人がそれと認識できないほど崩れてしまったことに気づいた。（自分でも口から出たそのメロディが自分の思っているものと違うことが分かったのであるが）その時ふと「音痴」とは何なのだろう，という疑問が生まれたのである。

筆者の母は，幼いころ「音痴」と言われていたという。それは祖母が「音痴」であり，音程の狂った子守歌を聞いて育ったからだというのだ。しかし，音楽教育をうけ，合唱をするにつれて比較的正確な音程がとれるようになり，合唱団でも声を合わせて歌えるようになった。とすれば，「音痴」は遺伝ではなく，後天的なものということになる。また，筆者のように，歌唱の訓練を受け，常日頃音程に気を使っているものでさえ，条件によっては「音痴」になるのであれば，「音痴」と言われている人の中には，その条件を整えることによって正しい音程で歌唱できる人もいるのではないかと考えたのである。

本校の学生の中にも毎年，音程をとるのに苦労するものがある。小学校教員として必要な歌唱の技能を身に付けるために，正しい音程で歌うことは不可欠である。

本稿では正しい音程で歌うために，音楽的知識や繰り返しの練習，発声法などがどのように関わっているかを考察してみた。

2 科目の位置づけ

小学校教員免許取得のための音楽系必須科目としての「声楽Ⅰ」の授業は，本学においては1年次前期に「基礎的な歌唱力と音楽理論を身に付ける」ための科目として位置づけられている。

1年次に「器楽ⅠⅡ」と並行して，音楽的な知識を身に付け，読譜，曲の分析，歌詞と曲の関連付けなどを学び，実際に歌唱してそれを表現することにより，2年次の「器楽ⅢⅣ」での弾き歌い，3年次の「初等科教育法Ⅵ（音楽）」などに結び付けていく役割を担っている。

3 学生の意識と、現状

「声楽Ⅰ」の授業に対するほとんどの学生のイメージは、「歌を歌う」授業である、ということであり、歌うことが得意な学生と、苦手な学生との授業に対する意識の差は大きい。

歌うのが好きな学生は、歌えることを楽しみにして授業に臨み、歌うことに苦手意識のある学生は、声を出すことすら苦痛に感じ、人前で歌わされるのではないかと、不安に思いながら授業に出てくることとなる。一方、歌うことに何の不安も持っていないのだが、実際には正しい音程で歌うことが出来ない学生も、少なからず存在する。

そして、多くの学生が、音楽理論を学ぶこと、音楽の言語である音符や、楽譜に対して苦手意識を持ち、初めから「分からないもの」「めんどくさいもの」として学習をあきらめている。

本来、小学校、中学校では音楽の授業があり、基礎的な知識は学んできているはずではあるが、実際には五線（楽譜を書くための線）、音部記号（ト音記号、ヘ音記号など）から学びなおさなければならない状態である学生が多い。個人的に楽器や声楽を習い、合唱部や、ブラスバンド部のような音楽系のクラブに所属していた者が少なく、高校などで音楽を選択することがなかったなど、継続的に音楽を学ぶ機会がない状態では、やむを得ないのかもしれないと思うが、その現状はすなわち、1年という限られた時間で、音楽の基礎知識と、歌唱のテクニックを改めて身に付けなければならないことに他ならないのである。

声楽の授業は1年次のみである。2年次の「器楽ⅢⅣ」ではピアノの弾き歌いとしての歌唱学習の機会があるが、それも必修科目でないため、選択しない学生も多い。3年次の「初等教科教育法Ⅵ（音楽）」での小学校音楽科指導法までの1年のブランクが空くこととなり、その間に歌唱の学習を続けることは極めて困難であり、せっかく獲得した音楽の基礎知識や、歌唱の技能を失ってしまうことも少なくない。

4 小学校教員に必要な聴唱、視唱の技能

平成29年告示の小学校学習指導要領（以下 学習指導要領とする）解説 P 22

2章第2節 各領域及び〔共通事項〕の内容 A 表現には歌唱に関して次のように記されている。

表1

A 表現

歌唱の活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

歌唱の活動は、自らの声で、曲の表現を工夫し、思いや意図をもって歌うものである。歌唱分野の内容は、次のように構成している。

ア 曲の特徴にふさわしい歌唱表現を工夫し、思いや意図をもつこと。（思考力、判断力、表現力等）

イ 曲想と音楽の構造や歌詞の内容との関わりについて理解すること。（知識）

ウ 思いや意図に合った表現をするために必要な次の（ア）から（ウ）までの技能を身に付けること。（技能）

（ア）聴唱・視唱の技能

（イ）自然で無理のない、響きのある歌い方で歌う技能

（ウ）声を合わせて歌う技能

表1に、「思いや意図に合った表現をするために必要な聴唱、視唱の技能を身に付けること」とある。筆者は、まず、この「聴唱」という言葉に注目した。当然ではあるが、小学校入学時、すでに読譜力を身に付けている児童は、幼児期に個人的にピアノなどの楽器を習うか、幼稚園などで特別な音楽教育を受けたごく少数の児童に限られる。

学習指導要領の第1学年及び第2学年の歌唱の内容ウ(ア)に「範唱を聞いて歌ったり階名で模唱したり、暗唱したりする技能」第3学年及び第4学年に「範唱を聞いたり、ハ長調の楽譜を見たりして歌う技能」と記されている事から分かるように、第1学年、第2学年の時点では、多くの児童は範唱のみを頼りに歌唱している。小学校低学年の児童にとって、先生の歌が唯一の道しるべであると言えるだろう。

勿論、模範演奏のCDや動画などもあるので、それを範唱として聞かせることも可能であるが、児童にとっては先生が目の前で歌っている声を聴くことが最も身近に音楽を感じられる瞬間であり、先生が正しく範唱することは児童の音楽的成長に大きく貢献するであろうことは想像に難くはない。

CDや動画を使用した場合には繰り返し一つのフレーズを歌う、同じ曲で表現を変えてみるなど、指導する上で必要なアクションに、手間取ることも多い(不可能ではない)が、そのほとんどは先生が弾き歌いすることで解決するからである。そのため指導の選択肢も増え、個別の事案に対応することも可能となる。

しかし、先生自身が歌うことが苦手であり、聴唱、視唱が出来ない、また楽譜から音楽を読み取る知識や能力がない場合には、それを児童に教えることが困難を極めることは想像に難くない。また、指導者が「正しい音程で歌う」ことが出来ないために、児童がこの先の学校生活、社会生活における音楽の活動の中で支障をきたすことがあってはならない。

上記学習指導要領に(ア)(イ)(ウ)の技能を身に付けるとあるが、それは指導する小学校教員も身に付けてはならない技能である。この3つの技能には大きな関係性があり、それは正しく音程をとるという部分において顕著である。

5 正しい音程で歌えない4つの理由

メロディを正しく歌えない、人や楽器と音がずれてしまう人は「音痴」と呼ばれることがある。そのために、時に人前で恥ずかしい思いをし、歌が歌えなくなり、さらに声を出すことが出来なくなってしまった、ということ時々聞くことがある。オリエンテーションの際のアンケートで、歌うことが苦手であると書いた学生の中に、その理由として毎年必ず、音楽の先生や友だちに「音痴」と言われたために、歌うことが嫌いになり、歌う時に必要以上に緊張するようになった、といったことが書かれているのは残念なことである。男子の場合には変声期にそういった経験をする事が多く、小学校音楽教員は児童に対してそのような言葉を使わない配慮をすべきであると筆者は考える。音程が正しく歌えないのには様々な理由がある。そのほとんどが先天的なものではない。正しく訓練すれば直るはずなのだが、そのチャンスをも奪いかねないからだ。近年はリズムが狂って、カラオケの伴奏や、他の人とのずれが生じる人も「音痴」と呼ばれたりするそうであるが、本稿では、音程に絞って考察したいと思う。

5.1 正しい音程で歌えない理由と事例

一口で、「正しい音程で歌えない」と言っても様々な理由がある。表2は正しい理由で歌えない理由、事例について大きく4つに分類したものである。

表2 正しい音程で歌うことの出来ない4つの理由

	具体的な内容	事例
①先天的に脳の機能や聴覚上の障害で音高を認識することができない。	大変まれであるが、先天的な障害により音の高低が分からないために正しい音程で歌唱できない。周波数的な音の高さの判別も不可能なため、歌唱での自分の声だけでなく、他の楽器の音などについても高低が分からない。	この事例には今まで遭遇したことがないと認識している。が、重度の難聴、左右の聴力のバランスが違う場合にも聞き分けが難しくなる。また、薬の副作用などで一時的に音聞こえが変わり、脳が混乱したため音程が分からなくなるといったケースはあった。
②音を間違えて覚えている。	全体としてはほぼメロディを追えているが、ところどころ違う音程で歌ってしまう。 前半は正しく歌えているが、後半になると急に音程が崩れだす。なぜかどこか2小節だけ音程が曖昧。などの場合は、練習不足でメロディを覚えきれてないことが考えられる。逆に繰り返し間違えて練習し、それを覚えてしまっている可能性もあるのだが。	本試験でその曲と分からないほどに音程が崩れていたもので、③を疑ったほどであったが、追試前の補講のときには指導する前の段階で、別人かと思う程正確な音程で歌った学生がいた。 数年に一人の割合だが、聞き取り調査の結果、このような状況にあった学生全員が試験の前には練習をほとんどせず、授業内で筆者が範唱したり、全体で歌っているときに合わせて歌った程度だったということが判明した。本試験は暗譜歌唱であったが、楽譜を渡したところ少し改善する学生もいた。
③音程が聞き分けられない。	自分の声と、他人の声や楽器の音があっているのか違っているのかが分からない。 他人の音程が外れていることが分からないこともある。①との違いは、声以外の音（鳥の声、楽器の音など）の高低が分かるところである。	通常は集団授業である声楽だが、時々二、三人で一つのメロディを歌わせたり、音階を一人で歌わせたりして、音程のチェックをしている。特に追試前の補講では少し時間をとって個人指導をするのであるが、自分の声とピアノの音のずれが分からない学生が学年に一人二人は必ずいる。ある学生はリズムと歌詞だけで、ほぼ全部を同じ音程で歌ってきた。本人に音程が変わっていないのが分かるか尋ねたところ、分からないとの回答であった。それどころか、何が間違っているのでしょうか、と尋ねてきた。音程以外のリズムと歌詞は正確に歌っていたからである。③の事例の場合、驚くべきことに、歌唱時に音程に対して全く注意を払っていないということもあるのである。

<p>④高音・低音が出ない。音域が狭い。声のコントロールが出来ない。</p>	<p>発声の技能不足で声が出なくなったり，音程に届かなくなったりする問題。 声を出すということは筋肉の運動であるので，身体能力，運動能力とも深く関わっている。 高音を出すために必要な筋肉が動かない，緊張などで筋肉が緩まない，など，声の高さをコントロールできないことが原因で起こる。</p>	<p>ある一定の5度程度の範囲内では，正確な音程で歌えるのだが，それを超える音程になると，変化しなくなる。音階でも同様の結果となった。音階の場合1点ハから順にニ，ホ，ヘ，トまでほぼ音程通り正しく上がっていくのだが，イの音になるともうその音程に届かなくなり，ほぼトの音程でそれ以上音程を上げられないという結果であった。この5度の声域の範囲は④のタイプにはよくある範囲である。高音だけが出ないのではなく，低音も出ないことが多い。その学生たちの話し声を聞いていると，トーンがほぼ一定なのが分かる。幼児などに声の高低を付けさせるために行う，木枯らしのヒューという高い風の音や，低い犬の唸り声などを真似させてみても，なかなかできないのである。これは，日常的に歌うことはおろか，話すときにさえ声帯を伸ばしたり，緩めたりする筋肉を使っていないからと思われる。全身運動で例えるならば，歩くことは出来るが，背伸びをしたり，屈伸運動をしたりすることが出来ない状態といったところだろうか。 それ以外にも，変声期後自分の声の高さが分からなくなってしまったなど，声のコントロールが出来ないことが原因で思う様に音程を合わせられなくなったという例もある。 この状態で何年も経過すると，次第に出ない部分の音程感覚が曖昧になって，③の状態に近づいていく危険性がある。</p>
--	--	--

5.2 音程の改善方法

上記②④事例については，ある一定の訓練をすることによって改善が見られた。が，③については，一定の改善は見られたものの，定着に至らなかった。以下にその事例を示す。学生に関しては，集団授業の性質上，なかなか個人でレッスンできる機会が少ないため，ヴォイストレーニングのグループや，個人レッスンでの事例も含む。

【②音を間違えて覚えている】

単純に言えば音を間違えているだけなので，正しい音程をピアノや範唱で示し，繰り返し練習することでメロディが記憶として定着すれば，音程は改善され，正しく歌えるようになる。冒頭で述べた筆者のCMソングの例もこれと同じことである。記憶が曖昧であるので，正しく歌えなかったのであるから，繰り返し

練習することによってそれを記憶させればよいのである。

【④高音・低音が出ない。音域が狭い。声のコントロールが出来ない】

体や筋肉の使い方の問題であると考えられる。身体的な問題ともいえるだろう。声を出したり、声のピッチを変えたりするためには、多くの筋肉を動かさねばならない。ピッチを上げるためには声帯を長くして張りを強くし、ピッチを下げる時には声帯を短くし張りを緩める。声帯は張りが強く薄い状態の方がピッチは高くなるのである。高音が出ない、低音が出ないために正しい音程で歌えない人はピッチを変えるためのヴォイストレーニングが必要だろう。上記の例にあげたように、日ごろからほとんど声帯の周りの筋肉を使わずに過ごしてきたとすれば、筋肉を動かす訓練が必要になるが、中には緊張のために息の流れが止まってしまったり、のどを絞めてしまったために声が出なくなってしまうという例もある。その場合にはどこに余分な力がかかっているかを把握し、適切に緩めることによってスムーズな息の流出を実現しなくてはならない。

基本的な声域は声帯の長さで決まる。成人の場合、基本的に女性より男性の声の方が低いのは、男性の声帯が女性よりも長いからである。男性の場合、成長期にぐっと声帯が成長し、長くなって声が低くなる。これが変声期である。変声期前は女性の音域と同じで歌っていたのに、変声期が来ると急に声が低くなり、女性よりもほぼ1オクターブ低い音域になる。またその過程で、声が出しにくくなったり、かすれたりといったことが起こるため、歌うことを苦痛に感じ、歌わなくなってしまうこともあるため、声帯が落ち着いたころには、自分の声帯をどう扱ってよいか分からず、音程をとることが難しくなるのだ。例えるならばフィギュアスケートの選手が成長期に、急に身長が伸び、体のバランスを崩してジャンプが出来なくなってしまうようなものだろうか。また耳から聞こえてくる1オクターブ低い声に戸惑い、自分の声がどのピッチなのか分からなくなってしまう人もいる。これは③の例とは逆で、自分の声のピッチの方が分からなくなり、音に合わせにくくなっている状態だといえるだろう。この場合の解決法は、

- 1) 自分のピッチが1オクターブ低くなっていることを確認し、他の男性の声を聴きながら歌ってみる。
- 2) ピアノを1オクターブ下で弾いてそれに自分の声を合わせてみる。
- 3) ファルセット（裏声）を用いて1オクターブ上である変声前の音域で歌唱し、徐々に男性の音域に慣れていく。

特筆すべきは3)の効果である。男性の音域では全く音程が分からなかった学生がファルセットだと正確な音程で美しく歌うことが出来た。ファルセットにもいろいろあり、薄くひっくり返ったような音色で、その声で歌唱しても、聞き取りにくく、表現力に乏しいものもある。しかし、彼の場合は、カウンターテナー的な声で、十分歌唱に使える声だったので、その声も貴重だということを伝えて褒め、次の段階に移るタイミングを計っていたら、しばらくすると自ら男性の音域に移行していった。次に進むための声掛けのタイミングを見失ってしまったのが残念だったが、自然と移行できたので、今後似たような事例にあうことがあれば、また試みてみたいと思う。

【③音程を聞き分けられない】

正しい音程で歌えない原因として最も注目したのは③の「音程が聞き分けられない」といった例である。音楽の専門大学などでは「音程の聞き分け」と言えば楽器などで鳴らされた音を聞き分けて記譜する「聴音」があるが、ここでいう音程の聞き分けは、それではない。

「音の高低を聞き分け、音程として認知する」ということである。

楽器や、他者が歌っている音程を聞き分けることが出来ないということは、耳から入ってくる音を脳が正しく処理出来ていない、もしくはその音を判断するための物差し（スケール）が記憶されていないのではな

いかと推察した。そこで対象者にピアノの音を聞かせて、耳の訓練をしようと試みた。ドレミで音階を歌うことにより、音感を磨こうと考えたのだ。ハ長調の音階が頭の中に出来上がれば、音程感覚が身につくのではないかと推察したのである。また、ハ長調の主要三和音の響きを記憶し、そこから音を引き出す方法も試みしてみた。しかし、効果のある学生もいるにはいたが、ほとんどの場合その場では改善されたように見えるのだが、定着せず、数日後、同じように歌わせてみると、元に戻っていた。

6 音程を聞き分ける能力

6.1 音感

音程が分からないということはイコール「音感が悪い」と思われがちである。「音感」というのは一般的には「音の高さを聞き分ける能力」なので、そこから想像する事柄は「周波数によって音の高低を聞き分ける」事であろう。これは周波数に従って連続的に変化する高さ（トーンハイト）を聞き分けるもので、より周波数の高い音が高く聞こえる、という感覚的なものであり、周波数弁別能と言われる能力である。しかしながらこの能力は健常者ならば多少の個人差があっても音の判別に支障が出るほどの差ではなく、これによって音程識別の能力が変わってくることは考え難いと思われる。

では、何が違うのだろうか。音楽に関係する音の高さには2つの次元があるという説があるが、そこにヒントが隠れているかもしれない。

その説によると、直線型に上っていくイメージのトーンハイトに対し、螺旋を描くように円柱に沿って回りながら上昇する循環的な性質を持つ音の高さがトーンクロマであり、1周でオクターブ（つまり1周すると周波数は倍になる）の中に音名に相当する12個のクロマが等間隔に並ぶ。

この関係を音高の二次元構造と呼ぶ。ロジャー・N シェパードによる音高二次元モデルの図1を示したのでご覧いただきたい。真ん中で上にまっすぐ伸びる線がトーンハイトを示している。図-1は螺旋の底辺にクロマがあり、クロマの粒の下に音名が透けて見える構造になっている。クロマの真下がそのクロマの音名ということになる。クロマが特定できるということは、このモデルは絶対音感保有者の音高概念を示したものだということになる。

一方、図2は榊原綾子の表であるが、クロマが書かれていない。その代わりに決められたメモリの付いている音階の物差し（スケール）が書かれている。この物差しは、スライドさせることが出来るため、どの音も「ド」に成りうるのである。Dに物差しを当てれば、ニ長調、Eに物差しを当てればホ長調という様に。これは相対音感（移動ド）を持った人の音高概念を示したものである。移動ドであれば、その物差しを当てるだけで、調の中での音の役割が一目瞭然に分かり、音のつながりによって音程をとらえることが出来るのである。

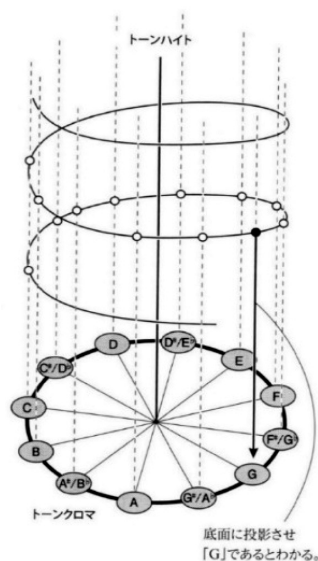


図1 絶対音感を科学する p 61 Shepard.R.N.

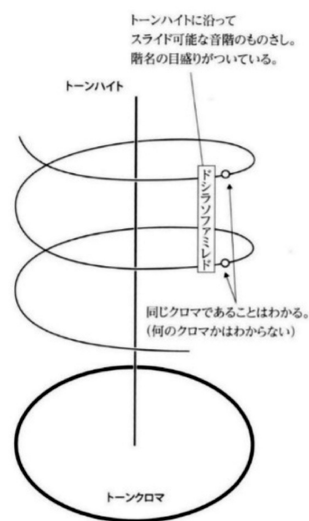


図2 p 64 榎原綾子

鍵盤の音を単音で覚えるというようなことは、絶対音感を育てようとするものである。しかし、絶対音感の研究結果により、絶対音感は6歳までの短い期間に特殊な訓練を積まなければ身に付かないことが分かっている。特殊な訓練を積まなくても、幼児期からピアノを習っていれば、ある程度の音感はあるのであろうが、音程が取れない学生はそれをしないできたために音程が取れないのであるから、今更そのような形で音感を磨くことは難しい。であれば、音符を個別の音名で記憶するのではなく、音と音との関係性を明確にする「相対音感」を身に付けることで、音程のスケールを獲得することが出来れば、音程の聞き分けのためのよい道具として用いることが出来るはずである。

音のスケールの使用法としては例えばこのようなケースがある。

正しい音程で歌うことが少し苦手な30代の声楽初心者の生徒に練習曲を歌わせてみたところ、全体的に音程が狂っているわけではないのに特定の場所の音程がずれることに気づいた。彼女にとってさほど高音でもまして低音でもない箇所である。何度か同じ場所を歌わせてみたが、直らない。注意して聴いてみると、音が崩れる前の数か所は音階になっている部分であった。音程が離れている音であれば、跳躍が難しく、音が外れてしまうことも理解できるが、ピアノの鍵盤でいうと隣り合わせの音である。音程的にもそんなに難しいとは思えない。原因を探るため、ピアノで音を鳴らすのをやめ、彼女の声だけを聴いてみた。すると、すぐにその原因が判明した。彼女は音階の半音にあたることを全て全音で歌っていたのである。当然のことながら、上行形では半音のある場所から半音高くずれ、下行形では半音低くずれる。つまり彼女には全音感覚があるということになる。半信半疑で彼女に現状を伝えてみた。すなわち「音階のここここが半音なので音程幅が狭いのだがあなたは同じ音程幅で歌っているので音がずれるのだ。」ということの説明しながら、実際に歌ってみせたのである。すると驚いたことにすぐに彼女は音程に反応できるようになった。彼女の中に音のスケールが確立したものと思われる。

6.2 音の高低を聞き分け、音程として認知する

「音の高低を聞き分け、音程として認知する」ためには基準となる音高、ないし音程が必要であることが分かった。オクターブを一周として循環する12の「音名（クロマ）」を特定することが出来る絶対音感、決まった物差し（スケール）を持ち基準となる「音程」を持っている相対音感。どちらかを持つことが出来れば、音程の聞き分けが可能になる。しかしながら絶対音感に関しては、6歳を超すと身に付けることは難しいとされ、小学校教員を目指す学生が今から習得するのは不可能である。では音程感覚はどうだろうか。調性の中での音の役割、音と音との関係性を知ることによって相対音感のスケールを習得することは可能だ。それにより音程を正確に把握し、カテゴライズしてラベル化することで長期記憶を獲得できれば、一度覚えた曲を正確に歌唱することが出来るようになると考えられる。

7 音程感覚を身に付ける

では、音程感覚を身に付けるには具体的にどのような訓練をすれば良いのだろうか。

「声楽」の授業では、I IIを通して、目に見えない音程、音高を可視化、体感することを試みている。この事は学生のみならず、幼児や児童の指導をするにあたっても活用できるものと考えている。

7.1 長調のスケール（全音全音半音全音全音全音半音の音の並び）を感じる

①長調の音階を体の部位を叩くことによって感じる。

ド=足首 レ=膝 ミ=お腹 ファ=腰 ソ=肩 ラ=耳 シ=頭 ド=頭の上にお花

低い音はその言葉の通り低い場所から、高い音は逆に高い場所から聞こえるという現象は良く知られているところであるが、実際に低い音では体の低いところ、高い音では体の高いところを叩くことによって音の高低を覚えていく手法である。また、ミ～ファ、シ～ドの距離を近くすることによって、音程の幅も感じられるようにしている。簡単なメロディを歌いながら体を動かすことによって、ダンス感覚でも楽しめ、速度を速くしたり、遅くしたりすることによって、ゲームとして遊んだり、と工夫によってバリエーションも生まれる。

②音程の感覚で歩く。

いくつかの順次進行（2度の音程）の音を順に鳴らし、半音ならば半歩、全音ならば1歩進む。

ドレミファならば、1歩1歩半歩、ミファソラシドならば、半歩1歩1歩1歩半歩となる。

③空中に音階の物差し（スケール）が浮いているのを想像しながら、手をその物差しに合わせて動かしていく。これも①と同様、スケールに慣れてくれば、簡単なメロディに合わせて動かしてみると良い。

※①②③どの場合も初めは長調の音階で、慣れてくれば、他の音階で階名を使ってやってみるのが望ましい。

7.2 鍵盤、楽譜を使って、音程を確認する。

①楽譜の見方

「声楽」では楽譜を文字のように読む方法だけではなく、図形として捉えることも奨めている。

楽譜を見たときに、まず、前の音よりも高いのか、低いのか。音が大きく跳んでいるのか近いのか。隣合わせなのか。それとも1つ飛びなのか。階名読みならば、ミファソラと並んで1つ飛んでド。と言う具合であ

る。1つ1つ音を読んでそのあとメロディとしてつなげるのではなく、つながった1つのフレーズを形として見てもらう手法である。

②ピアノの鍵盤を使って音程を視覚化する。

音程問題を解くとき、また音階を楽譜に書くときに、学生が鍵盤を利用しているのを見て、感心したことがある。黒鍵も含め、隣り合わせの音が半音で作られているのが鍵盤であるから、それを半音ならば1つ、全音ならば2つ動けば音階構成音は判明する。音の高低を上下から左右に置き換えれば、ピアノを使って音程幅を感じることが出来、ある程度ピアノを弾くことが出来れば、何もない空間や机でピアノを弾いて音をとる、ということも可能になる。

8 正しい音程で歌うために

正しい音程で歌うために、音程感覚を身に付けることが重要であるのは、6で述べたとおりであるが、5で示したように、音程感覚が身に付いたからと言って、正しい音程で歌えるわけではない。

ピアノなどの鍵盤楽器とは違い、「声」は音程をとることが難しい楽器である。音程を聞き分けることが出来ても、他人に聞かせられる音量と響きで発声し、声帯をコントロールして音程を作るまでには、まだまだ遠い道のりである。音程をコントロールするためには自分の体や筋肉の状態を把握し、適度な緊張と弛緩を絶えず声帯に与え続けなければならない。そのためには地道な訓練と努力が必要となる。

自らの体を楽器とする声楽は、器楽に比べ発声器官が体内にあるため、見る事が出来ず、その動きも把握が難しいというハンデがある。また歌唱者本人は体内の響きと空気振動の両方から自分の声を聴くことになり、他の楽器奏者に比べ音程を把握しにくいのである。

しかしながら、自分の体を使うのであるから、声楽ほど自己表現に適したものはないと考える。

9 まとめ

学生に「児童に歌唱を教えるために必要な能力、大切なことは何か」という問いかけをしたところ、次のような回答が得られた。

- ①大きな声で歌うこと。
- ②褒めて伸ばし、自信を付けさせること。
- ③自分自身が歌を好きになること。
- ④児童の前で自信をもって、楽しく歌うこと。
- ⑤ピアノなどの楽器伴奏が出来ること。
- ⑥音楽を使った児童とのコミュニケーション能力があること。
- ⑦楽譜が読めること。
- ⑧リズム感を持って正しい音程で歌うこと。

いずれも児童の前で自らが演奏し、音楽によって児童とのコミュニケーションを図ろうとする意図が読み取れる。「CDなどでは、児童との音楽を通しての触れ合いが出来ない」とコメントした学生もいた。

4で学習指導要領に記載されている技能(ア)(イ)(ウ)(表1参照)は指導する小学校教員も身に付けなく

てはならない技能であると述べた。勿論、工夫次第で音楽の授業を、教員自身が歌唱しなくても実施することは出来るだろう。しかし、上記の回答は学生の希望でもあり、その実現のためには必要不可欠の技能だと言える。基礎的な知識を習得し、個々の問題点を探り、訓練することによって「正しい音程とリズムで歌うこと」が出来れば、それは歌唱に対する自信となる。歌唱に対する不安は、緊張などから正しい姿勢をとれなくし、呼吸を妨げ、自然で無理のない発声の大きな障害となる。無理のある発声では、他者と声を合わせて歌うことが出来ないばかりか、児童の歌唱を余裕をもって聴くことすらできない。まして、その自信のなさが、音程やリズムがずれている事から生まれているとすれば、(ウ)にある「声を合わせて歌う」事など出来るわけがないのである。

4で「この3つの技能には大きな関係性があり、それは正しく音程をとるという部分において顕著である。」と述べたのは、このような理由による。

勿論、小学校教員は音楽の授業を行い、児童を指導する立場にあるのだから、歌唱に於いても、間違った音や、リズムを教えるはいけない。また、歌唱に対してマイナスのイメージを持たせるような授業をすべきではない。教員が歌うことに対して苦痛を感じているのを見せるのも良くないが、自身が自由自在に歌唱できるからと言って、音程が取れない児童に対して「音痴」というレッテルを貼ることは許されないことであるだろう。音程に対し苦勞しなかった者はなかなか「みんなと同じように歌えない」児童の気持ちが分かりにくいものである。上記の学生たちは、自分たちに不足していることを考え、努力、克服することにより、音楽を通して児童に寄り添いたいと考えていた。それこそが最も教員として必要な資質だと筆者は考えるのである。

10 今後の課題

学習指導要領では、「思いや、意図に合った表現をするための技能を身に付ける」(表1)とあるが、これは勿論児童に対する言葉であって、教員に対する言葉はその上に記してあるように「身に付けることが出来るように指導する」である。つまり、自身が歌唱できること、は最低限のことであって、「児童が歌唱の技術を身に付けること」が音楽科の目標なのである。

「何となくこんな感じの曲」「楽しく歌えれば多少間違えていても大丈夫」「器楽と違って練習しなくても歌える」と安易な感覚で歌唱に取り組んでいる学生も少なくはなく、「なぜ歌えない人の練習や、訓練に付き合わなければならないのか」と退屈に思う学生もいる。1年次であるので、自分が教える側に回る、ということの自覚がなかなかないのが現状であるが、1年という短い時間しかないのだから、その間にしっかりと基礎能力を磨いて欲しい。本来は「正しいリズムや音程で歌う」上に、歌詞の内容や、どう表現するのか、など教える立場で学ばなければならないことはまだまだあるのではあるが、なかなかそこまで到達しないのである。

また、集団授業で発声や音程について学ぶ場合には、ある一定の基礎知識と技術を持っていないければならず、そこに到達していない学生に対する個別指導をどうしていくかについては大きな課題である。音程の外れる者は集団授業では声を出すことをためらう傾向にあるし、たとえ外れた音がきこえたとしても、ここまで述べて来たようにその場ですぐに直せるものではないことが多いのだ。

特にピアノの音に声の高さを合わせられない学生は、自主練習が出来ない。学生同士で教えあうにもデリケートな問題が絡む。現在は授業後の時間や、追再試験の際の補講時に集中して指導をしているが、チュー

ナーや、最近ではカラオケの採点機能などを使って練習する方法もあるということなので、それを個人練習に取り入れられないかを検討したい。

音楽の学習は他の教科とは違う。どんなに努力しても独学では限界があるのである。歌唱が出来ないために、小学校教員への道を諦める学生が出ることは避けねばならない。しかしながら、そのためには本人に問題意識と、それを解決するための努力が必要である。音程に対する正しい問題意識と、その問題が訓練によって改善するという希望を持つことにより学生のモチベーションを上げていくことも課題の一つであろう。

参考文献

文部科学省：小学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説音楽編，文部科学省，p 22, p 30-35, 2017.

重野 純：絶対音感と音痴，音声言語医学，41 巻，p 260-265, 2000.

神原彩子・宮崎健一：宮崎健一・榊原彩子・阿部純一，絶対音感を科学する，P 24-32, p 60-64, 全音楽譜出版社，2021.

M.Malde・M.J.Allen・K=A.Zeller・小野ひとみ監訳・若林恵子・森 薫:歌手なら誰でも知っておきたいからだのこと，p 90-99, 春秋社，2010.