

声楽実技における歌唱法の一考察 A Study of Singing Methods in Vocal Music

黒田 恵美
(教育学科非常勤講師)

抄録 声楽は体そのものを「楽器」とするため、楽器としての体のしくみを知り、発声における呼吸法や体の使い方を学び、声を自由に扱うために効率よく声が響くポイントを見つけ、その上でテクニックを身につける必要がある。また歌には歌詞があり、その歌詞の意味や解釈を理解しどのようにメロディに乗せて歌唱するかによって様々な表現が可能となる。本稿では発声のしくみと発声練習の実例を述べた後、中学校歌唱共通教材や高等学校音楽の歌唱教材である、「荒城の月」「花の街」「からたちの花」を用いて、主に歌詞と旋律の関りから表現の仕方を考察し、歌唱力向上のための指導の可能性を探った。

キーワード：声楽，ベル・カント，発声，ウォーミングアップ，共通歌唱教材

1. はじめに

人の声による音楽つまり歌唱には様々な分野があり歌唱法も様々だが、本稿で取り上げる「声楽」での歌唱法はクラシック音楽のオペラや歌曲などでの歌唱法であり、イタリアで成立されたベル・カント唱法に基づいて述べていく。ベル・カント唱法について東敦子が著書『ベル・カント・ヴォカリッツィ』¹の中で、ベル・カントでいう“美しい声”の要素について以下のように述べている。

- (1)無理がなく自然で美しい響き
- (2)やわらかく伸縮が自由
- (3)音域にムラがない
- (4)芯に強さがあり幅広く朗々としている
- (5)長く歌っていても疲れない
- (6)音色の変化に富み表現力が豊か
- (7)声は明るく明瞭

筆者もこれまでに様々なレッスンや指導を受けてきたが、おおむねこのような声を求められてきたし求めてきた。指導者を真似する

ことから入り、指導者や国際的に活躍している歌手の声や歌唱を参考に、彼らの響きや表現に近づこうと練習に励んだ。近年自身の体の変化から、このような声に近づくためには自身の体について詳しく知る必要性を感じ、声を出すときの体のしくみについて、一般社団法人 Le Muse によるオンライン勉強会《Il mio corpo di cantante 歌うための私の体》²で学んだ。この講座は理学療法士による24回の講座で、人体模型や3D人体模型アプリを用いて、「呼吸について」「喉について」「声を創る仕組みについて」などを解剖学の観点から学ぶものであった。骨格や筋肉、筋膜の繋がりと動きを知ることによって、筆者自身の歌唱や指導に於いて一歩前進することができた。

筆者はこれまでに20年近く、毎年2～3校の小学校(近年は中学校も)へ訪問演奏と歌唱指導に出向いている。まずミニコンサートをし、その後歌唱指導するのだが、われわれの演奏を聴くことにより、歌うことへの興味と向上心が増すことを実感している。そしてこの興味とその後の歌唱指導に大きく影響する。歌唱指導では必ず声がどのように出るかを説

明するのだが、まず「歌う時どこから声が出ていますか」との質問に、「お腹から」「頭から」という答えが返ってくるが多い。これは「お腹や頭から声を出すイメージで」というように授業で習ったことからの答えだと思われるが、お腹や頭から声を出すことは不可能である。そこで喉には声帯がありそこで声で作られていると声の出るしくみの説明をし、声帯は世界に一つしかなく壊れても取り換えることのできない唯一無二の大切なあなたの「楽器」であると説明する。すると声の響きと音量が増し、またやわらかい響きになる。運動前の準備体操をする際に、どこの筋肉を伸ばしているのか意識するとほぐれ方が違うと言われるのと同じく、歌唱においても声の出るしくみを知り、身体の部位を意識することは目指すべき声に近づくために大切なことである。そして表現力は発声の熟達度によって大きく左右される。

本稿の目的は、学生が声楽技術を習得し歌うことの楽しみを見出すことこそが、教員を目指す彼らが将来歌唱指導するために必要なことであるという考えの下、発声のしくみと正しい発声を身につけるための発声練習の実例について述べ、中学校歌唱共通教材や高等学校音楽の歌唱教材の日本歌曲を用いて、主に歌詞と旋律の関りから表現の仕方を考察し、歌唱力の向上を目指すものである。

2. 声の出るしくみと発声について

われわれ人間は生まれてから当たり前のように声を出しているのに、どのように声が出るのかを考えることはない。しかし、しくみを知るとは、効率よく声を出すことに繋がると筆者は考えている。

(1) 声を作られるところ

まず一般的に音が鳴る状態を考えてみたい。物体と物体が接触することにより振動が起こり、その振動が空気を振動させて音となる。

人間の声は喉にある声帯で作られている。声帯は肺に繋がる気管の上部にあり、肺から送り出された息が声帯にかかり振動する。こ

の振動によってできた音が口腔や鼻腔に共鳴し声作られる。

声帯は気管の上部にある喉頭に位置しており口からは鏡を使っても見えないが、ちょうど喉ぼとけの裏側3mm くらいのところにある。2枚の粘膜層とその内側に靭帯と筋肉の3層でできており甲状軟骨、披裂軟骨と輪状軟骨に囲まれた中にある。前側は甲状軟骨に1点で接着しており、後側は2つの披裂軟骨にそれぞれが接着しており、これらの軟骨が声帯筋を様々に動かして、声帯を開閉させたり伸縮させたりしている。

呼吸時は声帯がVの字に開いた状態となるが、発声時2つの声帯は閉じており（図1）、前後に伸ばして張ると高い声が出、緩めると低い声が出る。音の高低はヘルツ（Hz）によって表されるが、これは1秒間の振動数を数字で表すものであり、例えば1点 a(ラ)の音は440Hzつまり1秒間に物体が440回振動していることとなり、声で考えると声帯を毎秒440回振動させていることになる。この振動数を作り出すために声帯の長さや薄さを調節し、必要な息を送って音程を作り出しているのだ。また声帯がぴったりと閉じているときは澄んだ声となり、隙間がある状態では息漏れし、かすれた声になる。

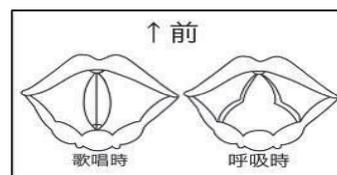


図1 声帯³

(2) 歌唱時の呼吸について

歌唱時の呼吸で大切なのは、いかに効率よく息を吸って声帯を振動させるかである。そのための呼吸について述べていきたい。歌唱時の呼吸については一般的に腹式呼吸を行うとされている。腹式という名がついているが、空気は肺にしか入らないので、胸腔と腹部を隔てている横隔膜を下げて深く息を吸うことを腹式呼吸と呼んでいる。

筆者は学生の時に世界的なソプラノ歌手であるエディタ・グルベローヴァ (Edita Gruberová, 1946-2021) の来日コンサートを京都コンサートホールの舞台真横にある座席で聴いた。プロの歌手の側面から演奏を聴くのも見るのも初めてであったが、呼吸をするたびに背面が大きく膨らむのに驚いた。それからは、構造も理解せず背面に息が入るようにと日々練習したものである。背面に息が入りだすと以前よりもフレーズを長く歌えるようになり、声も幾分か自由になっていった。背中に息を吸うことについて、蔵田裕之はウィーン音楽大学で呼吸法を体得するためにフェンシングの授業があり、そこで学んだ呼吸法と歌唱での呼吸法⁴について以下のように述べている。

胸はロッカー（力を抜く）に、むしろ引っ込めるようにして、息は背中に吸うのが正しい構え方である。(中略)そしてこれは、そのまま声楽にも当てはまることである。(中略) この背中に吸われた氣息を無駄なくつかうために、内部からの力が必要となる。本来なら、氣息の減少に従って、腹部も引っ込んで行くのであるが、むしろそれに逆行する力を内部から与えてやる必要があるであり、これが息の支えとなり、また高音を出す時の支えにもつながって来るのである。

このようにフェンシングの背中に息を吸うことが声楽にも当てはまると述べている。このことをより確信に導いてくれたのは、前述した 2020 年 9 月 6 日に Zoom で受講した、一般社団法人 Le Muse によるオンライン勉強会「Il mio corpo di cantante」での第 8 回目の講義「横隔膜」であった。横隔膜は薄い筋肉で、第 7 肋骨から第 12 肋骨の内側に幅広くくっついているため、お椀を逆さまにしたような形をしており胸郭を広げたり狭めたりして上下させる。前方は胸骨に接しており心臓と肝臓に挟まれているため、動かない。横隔膜の背中側には引き下げる空間があり、そこに空

気を入れることができる。また背中側は第 3 腰椎(図 2 参照)辺りにまで横隔膜から脚のように筋肉が伸びており、こちらを引き下げて息を吸っている。

歌唱においてはできるだけ横隔膜を下げて息を吸い、その状態を保ち、そしてできるだけゆっくりと横隔膜を上昇させて呼吸をコントロールしながら息を送らなければならない。

常に背面を意識し正しく呼吸を行っている時、口や鼻で吸うのではなく、背中を膨らませることにより、瞬時に息を吸うことができるようになる。注射器のピストンを下げると空気が入るしくみを考えるとわかりやすい。

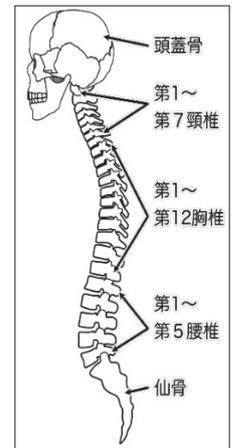


図 2 背骨⁵

(3)歌唱時の姿勢

歌唱時の立ち方について、呼吸がしやすく柔軟に筋肉が動かせるように立つべきである。まず足は握りこぶし 1 つ半くらいの幅に真横に開き両足は均等に立つ。重心はくるぶしの真下に感じるように立ち足指は浮かないようにして下半身を安定させる。上半身は背筋を丸めずリラックスして立つ。首に力は入れず顎を少し引き、口が楽に開閉できるようにする。

着席して歌唱する場合は、椅子の前三分の一に座る。その際骨盤は立たせて座るのが望ましい。臀部の肉を後ろに持っていきながら座ると骨盤を立たせて座ることが出来る。膝は直角に足幅は握りこぶし 1 つから 1 つ半くらいに開く。上半身は立った時と同じである。

3.発声練習の実例

ここからは発声練習について実際に筆者が今までに歌唱するために実践してきたことと、指導してきて効果的であったことを実例を用いて述べていく。

【ウォーミングアップ】

歌唱するときはあらゆる筋肉をしなやかに使わなければいけない。筋肉を適度に緩め、息が入りやすくするのに有効なウォーミングアップを述べる。

- (1)まず体を揺すって全身を緩める。足を肩幅よりやや狭めにつま先は真っ直ぐにし、腕は脱力し肩からぶら下がっている状態で立つ。土踏まずに重心を感じ足裏全体で地面を押しイメージで膝を使って優しく縦に揺れる。3分程度揺れると、血流が良くなり体を動かしやすくなる。
 - (2)次に背骨を自由に扱うために肩幅の1.5倍ほどに足を開き、つま先は外側に向けて立つ。軽く息を吸い、吐きながら腰椎から脱力し前屈していく。この時膝も曲げていく。前屈した状態でゆっくりと2回呼吸した後、腰椎から頸椎まで24の背骨（図2参照）を1つずつ積み上げるように体をゆっくりと起こしてくる。これを2回繰り返す。
 - (3)肩甲骨周りを緩める。右鎖骨の下から脇を左手で掴み臍方向に軽く引っ張る。息を吐きながら肩甲骨を意識して腕を回す。前回し、後回し共に5回ずつ。左も同様にする。
 - (4)首を柔軟にする。右を向き肩に顎を乗せるような感じで顎を引く。その状態で深呼吸をする。左も同様にする。
 - (5)胸を柔軟にする。座って行う。両掌を組み机に肘をつけて深呼吸する。次に腕組みをして深呼吸する。
 - (6)側面を緩める。座って行う。反対側の肩を持って深呼吸する。肘を反対側の膝につけて深呼吸する。体をひねって深呼吸する。いずれも左右行う。
 - (7)臀部を緩める。膝を抱えてしゃがみ、深呼吸する。
- (3)から(7)はその日の状態を見て必要であれば指導する。また2020年には、声楽曲材として教員らでウォーミングアップと発声についてのオンデマンド教材⁶を作成した。現在はこの教材と併用して指導している。

【呼吸法】

- ①無声音を使って息をコントロールする

2の(2)で述べたように、腹式呼吸では背面に息が入る。側面から背面の第10肋骨（みぞおちからなぞれる骨）のあたりに両手を当てて、そこが膨らむよう鼻から息を吸い、歯の隙間から息を出す。無声音「S」の発音で、できるだけ長く伸ばす。これを何度か繰り返す。初心者では息の入った感覚が掴みにくいことがあるが、続けていくうちに肋骨の開きを感じられるようになる。

- ②ストローを使って横隔膜の動きを意識する

太目のストローと500ml以下の空のペットボトルを用意し、3分の1ほど水を入れる。ストローの先を2cmほど水に浸し、口にくわえて息を吐く。この時泡が出るがプクプクと均一な泡が出るようにする。そうすることで息をコントロールすることを覚える。息を吐ききったら、ストローをくわえたまま鼻のみで背中を意識して息を吸う。これを何度か繰り返すが、最初は5秒息を吐く→吸うから始め、10秒、15秒と少しずつ長く息を吐くようにする。長く吐く時にも泡にムラがないように息の量をコントロールすることを心掛ける。

- ③ストローを使って声帯のウォーミングアップ

②の方法で出しやすい低めの音域で「U」と発音しながら息を吐く。「U」と発音することにより声帯が振動するが、ストローを使うことによって喉の力みなく声帯を動かすことが出来る。

【発声練習】

いよいよ声を出していくが、発声する際に意識したいことは上半身の中央のライン（会陰から頭頂を一直線に結んだライン）である。このライン上で特に意識したい箇所は会陰、丹田、みぞおち、声帯、眉間、頭頂であり、これらを通して体の外に抜けていくことを意識する。これはヨガでよく耳にするチャクラ（サンスクリット語で車輪、または回るという意味）の場所とほぼ一致する。チャクラはエネルギーが出入りする場所で、車輪の

ようにグルグル回ってエルギーを生み出すとされている。第1チャクラから第7チャクラまであり、それぞれ第1チャクラは会陰、骨盤の底、第2チャクラは丹田、第3チャクラはみぞおち、第4チャクラは胸の中央、心臓あたり、第5チャクラは喉、第6チャクラは眉間、第7チャクラは頭頂に当たり、背骨より前を通っている。これは今まで述べてきた骨格や筋肉と違い精神論的ではあるが、声楽でよく言われる「お腹で支える」という伝え方では、腹部を固めてしまう場合が多く効果的でなかったため、筆者はあまり使わないようにしている。筋肉は固めるのではなく、しなやかに動くべきである。それ故に筆者は会陰からエネルギーが螺旋を描きながら立ち上るとともに、息、響き、言葉がこの回転に乗って頭頂を抜けていき、声を届けたいところへ向かって放物線を描いて運ばれるイメージを持つようにと伝えるようにしている。

このイメージを基本に発声から歌唱を行うが、大きな声を出そうとしてはいけない。大きな声を出そうとすることは、力みに繋がるからである。効率よく声が響くポイントが見つければ、自然に音量は増す。それまではmpで発声練習することが望ましい。しかし芯のある声を作らなければいけないので、体幹は必要である。そこで体幹が弱い場合は、発声練習②以下の際にシリコンチューブを用いるようにしている。シリコンチューブをみぞおち辺りに横にして持ち、両方向に均等に引きながら歌う。この時ほとんどの者が下降形の音形を歌う時に引っ張ることをやめてしまうが、フレーズを歌いきるまで引くのがポイントである。また、体幹の弱い者は初めのうちは足元がふらついたり上半身がぐらついたりするが、毎週行う中で体幹が鍛えられてくると、ふらつきもなく体も安定感が増す。チューブは体前中央で縦に持ち上下に引っ張ったり、斜め方向に引っ張ったり、両手を耳の後ろに上げ横方向に引っ張りながら肘を下ろしたりとさまざまな方向で行う。これは筋肉を鍛えるためではなく、筋肉の動きを認知

するために行うので、やり過ぎてはいけない。2～3分間行うのが望ましい。

①ストロー発声

呼吸法の③の方法で「U」と発音しながら音程をつける。

譜例1の譜例を使って2度の動きで、ゆっくりと声帯を動かしていく。半音ずつ上げていき最高音が二点c(ド)までいったら半音ずつ下げて元のa(ラ)まで下りてくる。

譜例1



②リップロール

リップロールとは、閉じた唇に息を当てて唇を振るわせる発声法である。ストローを用いた発声と同様に喉をリラックスさせて発声できる。また、口周りや表情筋を緩める。音程が良くなるなどの効果がある。息が流れていないと振動が止まってしまうので、息の流れを認識しやすいというメリットもある。

まず、音程をつけずに唇を閉じて息を当ててみる。できない場合は口角にそれぞれ人差し指を軽く添え、内側に少し寄せ唇の緊張を緩める。その状態のまま息を当てる。これでほとんどの者が何もしない時よりできるようになる。リップロールを長く続けられるようになれば、音階練習をする(譜例2)。最高音が二点e(ミ)までいったら下りてくる。

譜例2



下降形の時に止まりやすいので、常に息は頭頂に抜けていく意識を持って行う。

この発声は慣れてくると高音まで出しやす

くなるので、様子を見ながら音域を広げていく。譜例3の音形で無理なく出せる高音まで半音ずつ上げていき、そこから半音ずつ下がってきて無理なく出せる低音まで下げてくる。

譜例3



③ハミング

ハミングは m、n、ng の鼻音で歌うことである。声の共鳴が感じやすくなる。

譜例4の音形で無理のない音まで半音ずつ上げていき、半音ずつ下がってくる。④以降の譜例においても同じようにする（初心者は狭い音域から、回数を追うごとに徐々に広げていく）。さらに譜例2、3を用いてハミングを行う。

譜例4



④母音唱と子音を含む発声

まず母音 a/e/i/o/u の発音について確認しておく。歌唱においてはイタリア語の a/e/i/o/u を用いて行う。5つの母音を発音するとき、いずれの母音も舌尖は下の前歯の歯根のあたりに軽く触れているようにする。

・「a」を発音する時は軟口蓋を高く保ち、上前歯が見えるように口を開け明るくはっきりと発音する。

・「e」は「a」の時の口をあまり変えないようにしながら、舌の中央を持ち上げて前に少し押し出す。

・「i」も口内を高く保って、口を左右に引っ張る。「i」は初心者の場合、上下の奥歯を接触させて発音することがよく見受けられるが、その場合は上下奥歯を指1本分くらいの隙間を開けて発音するようにする。

・「o」は「a」の口の中の空間を変えないよう

にしなが、唇を前に突き出して丸い口の形を作り発音する。

・「u」は「o」よりも更に唇を突き出し、日本語の「う」よりも奥の方で音を作る。

声乐では上顎を高い位置に保って歌う。上顎に向かって息を吸うとあくびをした時のように上顎が高い位置に持ちあがるが、これを保持し全ての母音を歌う。これらに気をつけて声が響きやすい「i」の母音から整えていく。譜例5をまず「ui」で次に「ie」で行う。「a」は口内が広くなり響きが落ちやすくなるので「mame」などで「m」の場所で「a」「e」が響くように意識するとよい。

譜例5



⑤スタッカートの練習

スタッカートの練習は横隔膜の瞬発力を鍛えるためにも有効な練習である。喉を閉めて息を切ったり、お腹をへこませて息を切ったりしないように注意しなければならない。「アハハハ」と笑ってみると、横隔膜が動くのを確認することが出来るが、スタッカートの時も笑った時のように横隔膜を動かして音を切る。譜例3の音形を用いて「ha」や「ma」で練習する。

⑥顎の緊張を緩める

歌唱時に顎が硬くなる者がいるが、顎を固めてしまうと、舌が硬くなり喉に負担がかかってしまう。この場合顎に軽く手を当て顎が手を押し戻さないようにして練習するとよい。また譜例5の音形を「Lou Lou」で歌うのも効果的である。この時顎は顎関節にぶら下がっているイメージでわざと顎を上下に動かし、唇は前へ突き出して「o」「u」の発音を行う。

顎を緩めると同時に、唇を柔軟に使えるように「ba be bi bo bu」をそれぞれ連打で歌う練習、譜例6を行う。この練習は常に母音を同じポジションで歌い、子音と母音が独立して

発音しなければ速いテンポで歌うことができない。最初は♩=80位から練習し、♩=120位で歌えるようにしたい。

譜例 6



⑦レガートの練習

美しい声で歌うことともう1点大切なことがある。それはレガートで歌うことだ。蔵田裕之も著書の中でレガート唱法の重要性⁷について以下のように述べている。

レガートこそはヨーロッパ音楽の根幹をなすものである。末梢瑣末なことに阻害されることなき悠然たる永劫こそ、人の心に真の安らぎをもたらすのである。

レガートに歌えるか否かによって、歌唱力の評価が大きく左右されるほど、声楽を学ぶ上ではレガート唱法は必須である。譜例7は、1オクターブの跳躍を途切れないように同じ息とポジションで歌うレガートの練習である。全ての母音で行う。

またベル・カント唱法の特に重要な発声テクニックに、同一音高でクレシェンドレディミヌエンドする技法 *messa di voce* (メッサ・ヴェーヴォーチェ) というものがある。声楽では無理なく自由に声を操ることができるようになるために、声を出し過ぎないように *mp* で練習するべきであると前述したが、その練習を続けていると声が響くポイントがある事に気づく。そのポイントを見つけ1本のライン上に声が集まるようになると、この *messa di voce* ができるようになる。*messa di voce* の練習はある程度の技術を身につけてから行うとよい。

譜例 7



発声練習について譜例とともに筆者が主に述べてきたが、これが全てではない。同じ音形を使って様々な言葉で行ったり、またその時々が必要であると判断した音形を練習したり、半音ずつの上下行だけではなく5度上げた後、3度下げたり8度上げたりとランダムに移動することで体の感覚を覚えるという方法もある。また、発声の教則本コンコーネ (50番、25番、15番) やパノフカ作品 81a、トスティ 50番などを用いて発声技術を向上させレガート唱法を身につけ、音楽性を高めることも必要である。

4. メロディと言葉

歌にはメロディと歌詞があり、それぞれに音楽上のアクセントと言葉のアクセントがある。声楽初心者は日本でも言語を理解している日本歌曲からではなく、イタリア古典歌曲から学び始める。それには理由の一つに音楽上のアクセントと言葉のアクセントの関係から、イタリア古典歌曲の方が歌いやすいということがある。ここではイタリア語と日本語のアクセントについて比較してみる。

イタリア語の持つアクセントは強弱のアクセントである。しかしただアクセントの箇所を強く発音するのではない。例えばイタリア語で「こんにちは」という意味の「Buongiorno」という言葉は *Buon-gior-no* と3音節で成っており、第2音節の太文字下線の *o* にアクセントがあるが、アクセントの箇所に重さがあり強くというよりは長くなる。しかし、イタリア語には全ての単語にアクセントを持つ音節が一つあるが、単語が連なるとアクセントのいくつかが省略される⁸。そしてこのアクセントは次のアクセントへと向かう推進力となり、前へと進んでいく性質があり、言語自体をレガートに話している。これをジョルダニ作曲「Caro mio ben」の冒頭の歌詞で見ると太文字下線の母音がアクセントとなる。

Caro mio **b**en,
 credimi al**m**en,
 s**e**nza di **t**e

languisce il cor.

1行目を見ると本来ならば mio は i にアクセントがあるが省略される。音楽との関りは譜例8で見るとおり、言葉のアクセントは強拍と中強拍でほぼ一致していることが分かる。

譜例 8

ca-ro mio ben cre-di-mial-men sen-za di te lan-gui-sceil cor-.

パイジェッロ作曲「Nel cor più non mi sento」でも冒頭の言葉のアクセントを見ると

Nel cor più non mi sento

brillar la gioventù;

1行目では1語ずつだと、Nel,cor,più,non,mi,sento とアクセントがあるが、単語が連なるとアクセントは省略されている。音楽（譜例9）との関りを見ると、言葉のアクセントは強拍である1拍目にあり、音楽と言葉のアクセントが一致していることが分かる。これは音楽のリズムが自然と言葉の流れを作り出し、また言葉の推進力が音楽の流れを作り出していくことになる。

譜例 9

Nel cor piu'non mi sen-to bril-lar la gio-ven-tu'

次に日本語についてだが、日本語のアクセントは音の高低である。そして1音節が1母音のみまたは1子音+1母音となっており、縦割りの言語である。1音1音がほぼ同じ長さで強さで話され、イタリア語のように推進力を持って前へは流れていかない。「荒城の月」の冒頭を見てみる。「春高樓の花の宴」を音読すると、「はる/こうろうの/はなのえん」と太字下線部分をはっきり発音することで意味が伝わるが、音楽（譜例10）上のアクセント強拍と中強拍は、「はるこうろうの はなのえん」となり、このまま音楽のアクセントに沿って歌ってしまったら、意味が分からなくなってしまうので留意しなければならない。

譜例 10

はる こう ろう の は なの えん

5. 日本歌曲の歌唱

歌唱において、詩を理解することは必須であり、日本歌曲においても例外ではない。

ところが日本の歌の楽譜の歌詞はひらがなで書かれているために意味を取り違え、誤った読み方をすることがある。毎年レッスンで吉丸一昌作詞、中田章作曲の「早春賦」を取り上げるが、歌い出しの歌詞である「春は名のみ」を「春花のみ」と間違えて練習してくる者がいる。これは漢字を見れば一目瞭然である上に、意味を考えれば何かおかしいと気づくことなのだが、楽譜にはひらがなで記載されているために、言葉の切れ目を誤ったために読み間違えたものである。こうならないために、また詩を理解するためにも、漢字とひらがなで書かれた詩を読むことは不可欠である。この時意味を理解するとともに、音楽のテンポに即して音読し、強調したい言葉を見出し、情景をイメージしておく、歌唱時の表現に結びつく。

次に発音についてだが、はっきりと言葉を発音するために、全てをローマ字で書き出し、どの子音を立てるかも検討したい。歌唱において子音の強さや長さ、子音から母音への移行の仕方によって様々な表情を作り出すことができる。レガート唱法の練習として、歌詞の母音だけを抜き出して歌う練習も行うと良いが、このローマ字にする作業は、その時にも役立つ。そして注意しておきたい発音にガ行の濁音と鼻濁音がある。語頭がガ行の場合は濁音になり、「うぐいす」など単語の途中にある場合や助詞の「が」は鼻濁音となる。

ここからは楽曲を用いて歌唱表現を考察する。

【荒城の月】

作詞は土井晩翠（1871~1952）。宮城県仙台市に生まれる。詩人として活躍した。この詩は明治31（1898）年に作られたが、モデルとな

った城は土井自身が「会津若松の鶴ヶ城と仙台の青葉城であった」と語っている。

作曲は滝廉太郎（1879~1903）。東京に生まれる。父の転勤で、神奈川県横浜市、富山県富山市、大分県竹田市などに住まいを移した。ピアノの留学生としてドイツに渡ったが、病のため翌年帰国した。この曲の作曲に当たっては、大分県竹田市にある岡城と富山県の富山城がモデルだと言われている。

この曲は明治 34（1901）年に東京音楽学校編集の「中学唱歌」への応募作品として滝廉太郎が作曲したが、ピアノ伴奏譜が現存していない。1918 年ソプラノ歌手の三浦環がニューヨークでのコンサートで歌唱するために、山田耕筰に編曲を依頼したものが広く知られているものである。本稿ではこの山田耕筰編曲版を用いる。山田は滝の原曲に対し以下の補作編曲を行った。

- ・テンポを Andante から Lento へ
- ・調性を h-moll から d-moll へ
- ・八分音符を四分音符に変更し、全体を 8 小節から 16 小節にした
- ・伴奏をつけた
- ・3 小節目のシャープを削除した
- ・1 番で言う「千代の松枝」のリズムを変更

(1) 詩の解釈

七五調で各 4 行、4 連から成り、歌詞の意味は以下のとおりである。

第 1 連 春、天守閣のもとで花見の宴会が開催されている。廻し飲む盃には、月の光により古い松の枝が映っている。かつての（栄華の盛りにあった頃の）月の光はどこへ行ってしまったのか。

第 2 連 秋、陣営の中では緊迫感がみなぎっている。夜空には雁が月の光に姿を浮かび上がらせて飛んでいる。地上には植えられたように林立している剣に月の光が輝いている。かつての月の光はどこへ行ってしまったのか。

第 3 連 今廃城となった城跡を夜中の月が照らしている。昔と変わらぬ光は誰のために輝いているのだろうか。石垣にはただ葛が残っているだけ。今歌うのは松に吹く風のみで

ある。

第 4 連 天空の月の光は昔と変わらないが、人の世の栄枯盛衰のはかなさを今も映し出そうとして、ああ月よ、おまえは夜空に輝いているのか。

第 1 連と第 2 連はかつて人の動きがあった頃の城の春（平和）と秋（戦）を対比させて描き、第 1 連で月とともに輝いていたかつての城の栄華は今はない、第 2 連では昔の勢力は今はないと言っている。第 3 連と第 4 連は政府の命令により石垣を残して取り壊された城を前に、夜中の月を見上げて、月の光だけは今も昔も変わらない、第 4 連では自然界は変わらないが人の世の栄枯は移り変わると言っている。

意味を理解したうえで、ローマ字で読んでみる。太文字をはっきりと出すように発音する。下線を引いた g は鼻濁音である。歌唱時には太文字の子音の前の母音は早めに取めて、太文字の子音を長めに発音する。

Haru Koro no Hana no En
Meguru Sakazuki Kage Sashite
Chiyo no Matsugae Wakeideshi
Mukashino Hikari Ima Izuko

Aki Jinei no Simo no Iro
Nakiyuku Kari no Kazu Misete
Uuru Tsurugi ni Terisoishi
Mukashi no Hikari Ima Izuko

Ima Kojo no Yowa no Tsuki
Kawaranu Hikari Ta ga Tame zo
Kaki ni Nokoru wa Tada Kazura
Matsu ni Uto wa Tada Arashi

Tenjo Kage wa Kawaranedo
Eiko wa Utsuru Yo no Sugata
Utsusantoteka Imamo Nao
Aa Kojo no Yowa no Tsuki

(2) 歌唱する

この曲は 4 分の 4 拍子 ♩ = 63~76 Lento

doloroso e cantabile（ドレミ楽譜出版社の楽譜は「思いを込めて」と表記）d-moll で書かれている。

4小節を1フレーズとする a-a'-b-a'の2部形式。旋律が上行して下行することにより、自然にクレシェンドとデクレシェンドが生まれている。これを繰り返しながら、クレシェンドによりエネルギーが高まり、この曲の頂点「千代の松枝」に向かう。しかし留意すべき点は、ローマ字読みで示した子音を長めに発音することにより生まれる、言葉の流れも意識しなければならない。最初の2小節で「はるこうろうの」では、音楽的には「ろ」が最高音になっているので盛り上がるが、この「ろ」が発音も音量も突出しないように歌わなければならない。2番、3番も同様に。4番は音楽のアクセントと一致しており、より強い気持ちが表現できる。

【花の街】

作詞は江間章子（1913~2005）。新潟県に生まれ、岩手県で育つ。昭和を代表する唱歌の作詞家であり、詩人。

作曲は團伊玖磨（1924~2001）。東京に生まれる。オペラ、交響曲、歌曲はもとより、あらゆるジャンルの作曲を手掛けた。

この曲はNHKラジオの「婦人の時間」の歌として作曲された。その後「メロディーに乗せて」という番組のテーマ・ソングとして流れ、広く知れ渡った。

(1)詩について

江間は「花の街」の作詞者の言葉⁹として、以下のように語っている。

「花の街」は私の幻想の街です。戦争が終わり、平和が訪れた地上は、瓦礫の山と一面の焦土に覆われていました。その中に立った私は夢を描いたのです。ハイビスカスなどの花が中空に浮かんでいる、平和という名から生まれた美しい花の街を。詩の中にある「泣いていたよ 街の門で……」の部分は、戦争によってさまざまな苦しみや悲し

みを味わった人々の姿を映したものです。

何も知らずに詩を読むと、ただ幻想的な詩だと思ってしまいがちだが、背景を知ると、戦後の荒廃した様子を意識しながらも、希望を持って演奏しなければならない。

この詩にはさまざまな色が出てくる。1番の「七色（虹色）」からは夢や希望が連想される。2番にははっきりとした色は書かれていないが、溢れる花が海のように見える色である。ここからも前向きなイメージを感じる。3番は「すみれ色」そして「夕暮れの色」は儂く寂しげである。これらのイメージしながら、朗読したり歌唱し、1番から3番のそれぞれの表現の方向性を変えていきたい。

(2)歌唱する

この曲は4分の2拍子 ♩ = 72~84 F-durで書かれている。

作詞者の幻想の世界に引き込まれるような壮大な前奏の後、歌い出しの2小節前からピアノ伴奏はシンコペーションのリズムで音楽の流れを作り出している。この流れに乗って、八分休符で息を止めることなく歌いだし、2小節の間に1オクターブ跳躍するためのエネルギーを作らねばならない。この曲は2拍子だが、1小節を1つに捉えた方が推進力が生まれて、歌いやすいだろう。そして4小節—5小節—8小節—5小節のフレーズを感じて歌う。「輪になって 輪になって」の部分はDm-Gm-Gm-A-A₇-F-B₇-Fと和声が進行し、メロディはゼクエントで、続く「駆けていったよ」の「よ」に向かって、高揚感が高まっている。

「駆けて行った」の「た」の拍は、伴奏の16分音符をよく聞き、テヌートで歌い、「よ」の2小節に希望を込める。

2番の歌詞では「うつくしい」や「うみ」「あふれていた」「おどっていた」と母音から始まる単語が多用されている。母音から歌い始めるときは、子音がある時よりも準備を早めて、長めに歌うと言葉が伝わりやすい。3番は作詞者の言葉（引用⁹）や、前述の色のイメージからも寂しげであるが、團は同じ旋律で歌わせ

ている。「詩を読むうちに、(中略)そこには、詩人の祈りが立ち昇っていた。美しい街よ、甦えれ、やがて将来に人々の心の作る街よ、美しくあれ¹⁰。」と團が語っているように、3番も寂しくなってはいけない。1番2番よりは音量を落として歌い、より丁寧に発音することにより、江間と團の祈りを感じて歌いたい。

【からたちの花】

作詞は北原白秋(1885~1942)。福岡県に生まれる。詩人。「からたちの花」は北原白秋が少年時代を過ごした福岡県柳川での思い出と山田耕筈の少年時代の体験から生まれたもので、1924年に童謡雑誌「赤い鳥」に発表した。

作曲は山田耕筈(1886~1965)。東京に生まれる。日本初のオーケストラを設立。作曲作品は多岐にわたる。北原白秋と雑誌「詩と音楽」を創刊。北原白秋の詩による名曲を多数生み出す。この曲は1925年に、雑誌「女性」に発表された。山田耕筈は自伝¹¹の中で

工場で足蹴にされたりすると(中略)私は枳殻の垣まで逃げ出し、人に見せたくない涙をその根方に灌いだ。(中略)枳殻の、白い花、青い棘、そしてあのまろい金の実、それは自営館生活における私のノスタルジアだ。そのノスタルジアが白秋によって詩化され、あの歌となったのだ。

と語っている。

詩は五・七・六・七音で各2行、6連から成っている。「からたちの花」は春、「からたちのとげ」は夏、「からたちの実」は秋、そして再び「からたちの花」で春と季節を巡り回顧している。

次にローマ字で読んでみる。

Karatachi no Hana ga Saita yo
Shiroi Shiroi Hana ga Saita yo

Karatachi no Toge wa Itai yo
Aoi Aoi Hari no Toge da yo

Karatachi wa Hata no Kakine yo
Itsumo Itsumo Toru Michi da yo

Karatachi mo Aki wa Minoru yo
Maroi Maroi Kin no Tama da yo

Karatachi no Soba de Naita yo
Minna Minna Yasashikatta yo

Karatachi no Hana ga Saita yo
Shiroi Shiroi Hana ga Saita yo

「yo よ」で脚韻を踏むのが印象的であるが、終助詞の「よ」には同一音高で、ほぼ2拍の音価を与えられている。この2拍にそれぞれの行の表情を乗せて表現したい。しかし「からたちのそばで泣いたよ」の部分は、pppで二点gから二点dへと音高を変え、そこから続く「みんなみんなやさしかったよ」がこの曲の頂点である。この部分は自伝の引用¹¹で紹介したエピソードと一致する部分でもあり、思い入れも強いことがうかがえる。歌唱する際もひと際繊細に表現したい。

山田耕筈は言葉の抑揚に忠実に作曲している。言葉に忠実なため、拍子も4分の3拍子と4分の2拍子を織り交ぜ、音読をしてそのように歌えばメロディになるように書かれている。だからこそ難しいと山田自身も述べている¹²。

「からたちの花」は(中略)私の歌曲のうちでもむずかしいうたの一つであろう。では何処がむずかしいのか。それはこの曲があまりにも単純に書かれてあることと、この歌が話し言葉と、言葉のなかに睡っている、日本語そのもののなかに内蔵されている旋律を呼び醒まして書かれているからである。

曲は4分の3拍子 ♩ = 56 Andante tranquillamente G-dur で書かれている。Sempre sotto voce と冒頭にあり、表情記号も1語1語についているほど細かく指示されて

おり、技術的にも困難な曲である。発声練習で述べた *messa di voce* と、レガート、の練習をすることと、歌うように音読し、音読するように歌うことを目指したい。

6. おわりに

大学に入学してから初めて声楽を学ぶものは少なくない。声楽は体そのものを「楽器」とするため、楽器としての体のしくみを知り、それを使いこなす、楽器を理解した上でテクニックを学び、慣れない言語を学び、その上で表現していかなければならない。本稿では、筆者自身の経験や、様々な学生との出会いの中で築いてきた指導の内容を、具体的に述べた。

しかし目に見えない部分を指導することは、個人の受け止め方も様々である。また表現においても千差万別であり、今後もあらゆる可能性を探って研究を広げていきたい。

注

1. 東敦子（1996）ベルカント・ヴォカリッツィー パルマからの報告書— 学修研究者 第3刷 p.12
2. 講座のホームページ
<https://lemuse.or.jp/online-lessons/il-mio-corpo-di-cantante/>
筆者は 2020.7.12～2020.12.27 全 24 回受講
3. イラストは無料素材(2023.1.14 ダウンロード)
https://www.ac-illustr.com/main/search_result.php?search_word=%E5%A3%B0%E5%B8%AF&sl=ja&pp=70&qid=&creator=&ngcreator=&nq=&srt=dlrank&orientation=all&format=all&color=all
4. 蔵田裕之他 29 名（1995）声楽ライブラリー 3 呼吸と発声 音楽之友社 第3刷 p.76
5. イラストは無料素材(2023.1.4 ダウンロード)
https://www.ac-illustr.com/main/search_result.php?page=1&word=%E8%83%8C%E9%AA%A8&mode=&cid=&word_id=&srt=dlrank&format=all&qt=&creator=&ngcreator=&nq=&qid=&creator_id=&orientation=all&crtsec=&pp=70

6. 黒田恵美・大橋ジュン・他 3 名（2023）オンデマンド教材を活用した声楽指導について 京都女子大学発達教育学部紀要第 19 号 p.3-7 参照
7. 4 と同じ p.77
8. セルジョ・ソッシィ他 34 名（1991）声楽ライブラリー 6 発声と発音 音楽之友社 第3刷 p.32
9. 小原光一他 14 名（2016）中学生の音楽 2・3 下 指導書 教育芸術社 p.26
10. 同上 p.26
11. 山田耕筈（1999）山田耕筈「自伝 若き日の狂詩曲」日本図書センター p.37-38
12. 小原光一他 6 名（2013）高校生の音楽 2 教育芸術社 p.11

参考文献

- 萩野仁志・後野仁彦（2012）「医師」と「声楽家」が解き明かす 発声のメカニズム 音楽之友社 第 14 刷
- 小原光一他 14 名（2016）中学生の音楽 2・3 上 指導書 教育芸術社
- 畑中良輔他 2 名（2004）日本名歌曲百選 詩の分析と解釈 I 音楽之友社 第 8 刷
- 團伊玖磨（2002）青空の音を聞いた 團伊玖磨 自伝 日本経済新聞社 第 1 版
- 畑中良輔（2013）日本歌曲をめぐる人々 音楽之友社 第 1 刷
- 伊藤玲子（2019）日本歌曲選集 ドレミ楽譜出版社 第 43 刷
- 「荒城の月」のモデルの城は？～土井晩翠の告白（2023 1 18 閲覧）
<https://indoor-mama.cocolog-nifty.com/turedure/2010/10/post-993e.html>
- 「荒城の月」フリー百科事典『ウィキペディア（Wikipedia）』（2023 1 18 閲覧）
<https://ja.wikipedia.org/wiki/%E8%8D%92%E5%9F%8E%E3%81%AE%E6%9C%88>