

## 保育者養成校における

## 音楽表現実技「弾き歌い」に関する一考察

## ピアノ実技から弾き歌いへ導く練習方法の提案

At nursery teacher training school

A Study on Musical Expression Practice

"Techniques to Sing While Playing the Piano"

Proposal of practice method leading to the technique to sing while playing from  
the piano performance

鈴木由美子(千葉敬愛短期大学)

Yumiko SUZUKI

(要旨)

幼稚園教諭及び保育者養成校においてピアノ実技と弾き歌いは、子ども達に歌と音楽を伝え、その時間を共有するために必要な教育技術であり、初等教育課程、保育者養成の独自の、つまり子どもたちのための音楽表現技術である。とかくピアノ実技修得が中心になり、歌うことを学生自身が軽視しがちになる弾き歌い指導について、筆者は、学生に対し、初期段階からピアノ実技と弾き歌いを関連付けて指導することが必要ではないかと考え検討した。

(キーワード)

音楽教育、弾き歌い、歌唱、関連付け

## 1. はじめに

幼稚園教諭及び保育者養成校において習得される「弾き歌い」は、ピアノを弾きながら歌を歌う技術である。教員や保育士が「範唱」をして子ども達に歌を教え、彼らが歌う時に、彼らを見ながら共に歌うことで時を共有するコミュニケーションツールとしても大切な技術である。

「ピアノを弾きながら歌を歌う」ことは、一見格好良く見え、J-popのミュージシャンなどがステージで歌っている姿を見ると案外と安易に習得できる技術のように見える。しかし、養成校において学ぶ弾き歌いは、趣味の延長の音楽とは違い、教育的な目的をもって日々の生活の中で使われる音楽技術であ

ると考える。筆者が勤務する養成校では、学生は、先ず楽譜を読むための簡易な楽典を学び、ピアノを弾くことを学び、曲数をこなし、その上で「歌いながら弾く」ことを学ぶ。また、幼稚園教諭、保育士ともなれば子ども達はその歌を歌えるように指導していく方法を知ることにも必要になる。自分ができれば良いという主観的な技術から、子ども達に歌を伝えるための「教育技術」にまで高めることが望まれる。

養成校において、この弾き歌い指導は、概ねピアノを専門に学んだ教員が担当することが多い。それ故に、読譜やピアノ実技を学んだ後に、弾き歌いを学ぶ時期になってもピアノを中心としたレッスンに

なりがちである。歌をピアノの伴奏の上に乗せる、ピアノさえ弾ければ現場は何とかなるという誤認の素地になりやすいのではないだろうか。

ピアノの技術指導は、教員自身の経験に基づいて行われる事が多い。しかし弾き歌いは、初等教育課程、保育士養成校で行われる音楽技術であるため、音楽大学では学んでこない。また、楽譜上は簡易に見えるため、楽譜だけを見て「この位だったら教えられる」と教員自身が誤認してしまう事も考えられる。自身が経験してこないことを指導するには、確実な指導法の研究が必要であろう。そこには、ただ出来れば良いという表面的なことだけでなく、何のために、何を目指して弾き歌いが行われるのか、決められた授業数の中で何をどこまでどのようにして指導していくか等、5領域に基づいた根本的な指導法の確立が必要ではないだろうか。

本稿では、学生がピアノ実技を学び弾き歌いを修得するために、授業の初期段階からどのような布石を打ち、関連付けて指導することが有効か、その方法を検討した。

## 2. 先行研究

入学時ピアノ初心者についての指導法や練習方法の研究、また練習意欲を維持するための研究も多くあり、歌唱について声楽の立場からのアプローチ、ピアノ伴奏法、読譜の重要性などピアノ実技のためのアプローチも多く存在する。

弾き歌い指導法の研究については、あまり具体的なものは見つけることができなかった。それは、弾き歌いという技術そのものが、楽譜の読譜力の必要性から、ピアノ演奏技術、発声、発音、呼吸、リズム感、アナクルーシス、歌の指導法も含めての習得とあまりにも多くの内容を含むからではないかと考えられた。

ガハプカ奈美は「保育者養成校における歌唱指導について(I)～発声法の重要性～」の中で、『「弾き歌い」と「歌」』と題し、次のように述べている。

保育者を目指すものに不可欠なのが、「弾き歌い」である。「弾き歌い」を行う際に必ず注意してほしいのがやはり「呼吸」である。特にピアノが苦手だと思っているものにおいてはピアノを弾いているとき「呼吸」が止まっていることが多い。「呼吸」ができなければ「歌」も歌えないということである。「呼吸」が上手くできないために歌詞を無視して息継ぎをしてしまったり、まだ何秒も歌っていないのに息が苦しくなったりするのである(ガハプカ, 2008, p. 61)

歌唱指導からのアプローチとして、「呼吸」「発声」「歌詞のための息継ぎの重要性」を上げている。

また、諸井サチヨは、

指導者側は、限られたレッスン時間の中で「弾きながら歌う」という通常のピアノレッスンではあまり行なわない指導をしなくてはならない。そのため、時間配分や歌唱とピアノのバランス、ピアノテクニックと、すべての内容において指導が間に合わないのが現状であろう。さらに、歌唱もピアノと同じ程度、技術が備わっている教員が少ない点にも問題があると言える。歌唱もしっかり声に出して行える技量を持ちあわせて教員が弾き歌いの科目を担当する事ができれば、学生も担当教員が手本をみせる事で楽曲をイメージしやすいと考えられる。弾き歌いの指導がピアノだけの指導ではないので、レッスン運営のやりにくさがあると思うが、やはり、『弾き歌い』が出来るようになるためのレッスンであるという事を教員が常に認識する必要があると言える(諸井, 2016, p. 89)

学生の技術習得の方法だけでなく、授業時間なども鑑みながら、指導する側の意識についても言及し、「弾き歌い」指導法の研究が必要であることを訴えている。

筆者は、声楽専攻の教員が歌の指導や呼吸、発音

について言及することは尤もであると考え。また、ピアノを専門とした教員がピアノ実技に注目することも理解ができる。しかし、養成校で弾き歌いを指導する場合、それぞれの専門の枠を超えて、初めから「弾く」と「歌う」を関連付けて個人指導し、具体的なレッスン及び練習方法を模索していくことが必要であると考えている。

### 3. ピアノのレッスンは何を指して行われるのか

現在、筆者が勤務する養成校に入学してくる新生生のほぼ7割は、ピアノ実技については初心者であると言ってよいだろう。担当学生によっては、ほとんどの学生が初心者であることもある。ピアノレッスンの経験者であっても、小学生の頃3か月程度であったり、習っている年数のわりに全く楽譜が読めなかったりと、その力は様々である。

養成校のピアノのレッスンは、勿論ピアノが弾けるようになる事が目的なのだが、最終的には、学生が現場でピアノを弾き、歌を歌う事で、子ども達に何を伝える事ができるかがその目的であろう。なぜならば、その技術を使って、生活のリズムを作り、子ども達と一緒に音楽遊びをし、歌を教え共に歌ったりするための技術であろうからである。

### 4. ピアノが弾ければ弾き歌いはできるのだろうか

歌を歌う経験をせずに入学してくる学生はいない。小中高の音楽授業の中で「歌う」ことを学んできている。しかし、ピアノを学ぶことは個人的なことであるから、演奏の経験のない学生は多く入学してくる。ピアノ実技修得のために多くの時間を費やすことは必然であろうと思う。ピアノという楽器の力と演奏力があって、集団に対するアコースティックな弾き歌いは成り立つからである。

では、ピアノさえ弾ければ、歌は経験してきているのだから、弾き歌いはできるのだろうか。

筆者は否と考える。その理由は、前述の弾き歌い

を修得することの目的にある。また、「ピアノを弾く」と「歌を歌う」ということは、本来全く別の事を同時に行うのであるから、ピアノが弾ければ弾き歌いはできると考えることは安直と言えるだろう。

### 5. 弾き歌いの「歌う」ことの習得について

歌だけを歌うのであれば、それだけに集中していれば良いだろう。しかし、ピアノを弾きながらそれを行うとなると、やはりピアノのレッスンの初めから、弾き歌いを想定したレッスン内容にしておくべきではないだろうか。

筆者自身は、ピアノを専門として教育を受けたものであるが、幼いころより邦楽 生田流箏曲、地歌三絃の演奏を学び、また現在は、縁あって足立区生涯学習センターにおいて「歌声サロン 童謡、唱歌を歌おう」の歌唱指導の講師も務めている。箏や三絃は、弾きながら歌う(語る)ことが当たり前なので、養成校の弾き歌い指導については、抵抗なく自然なことで受け止めていた。唯一切り替えて、考えていかなければならなかったのは、邦楽との発声の違いであった。

今年度担当した1年生(17名)に、筆者自身の経験を含んだ具体的な練習方法を提示し、学生の了承のもと実践した。

### 6. 弾き歌い導入のための具体的な練習方法の検討

(1) ピアノ実技習得を主としつつ、歌うことを導入する。歌詞ではなく音名唱を行う。(表1)

表1

ア	これから学ぶことはその目的に必要な技術であり、趣味の領域ではないことを伝え認識を持たせる。
イ	ピアノ実技指導に付加して、常に音を固定ドで「読む」「歌う」ことを練習に取り入れる。(読む際には必ず読んでいる音を指差す)片手ずつ、それぞれのパートを読む。或いは歌う。

ウ	「読む」「歌う」ために、ブレスの方法と位置を伝え、なぜそうするのかを同時に考える。
エ	左手を弾きながら右手を歌う。 右手を弾きながら左手を歌う。
オ	両手を合わせて弾きながら、右手のメロディーを歌う。

学生たちは、目的をもって入学してくる。幼稚園や保育園ではピアノを弾きながら歌うものだと思ってくれている。その思いを形にするために、一つ一つの段階を丁寧に練習することと練習が習慣づけられるようにレッスン内で言葉かけを行った。

ウのブレスの仕方と位置については、この段階ではまだ言葉がなく固定ト唱法であるため、ピアノの練習にも役立つように曲の構成を伝え、その楽節でブレスが手の動きと共にできるように指導をしていく。またブレスは、歌だけ歌っている時とピアノを弾きながら歌うときでは、後者の方が浅くなる。その理由は、多くの事を同時に行っているためと椅子に座っていることもあり、意識が分散されることが考えられる。浅くなったブレスでは声にならず、ピアノ伴奏と歌い出しのタイミングも、合わせる事ができない。そこで、ブレスについては、先ずタイミングを計るために拍と拍子を強く意識させ、アナクルーシスを感じ、より深く強く(少しわざとらしく)するように指導をした。当たり前になっている呼吸を意識し、音楽の流れに合わせてブレスをすることは歌う上で必要なことであるが、修得のためには、特に初心者には教員が寄り添うことが必要であった。

ブレスの位置を意識する事については、メロディーの区切りや反復などに気付き、練習がしやすくなった様であった。

ピアノの練習は、片手ずつ行う事が段階の一つとしてあるが、そこに必ず今弾いているパートを「読む」ことを取り入れ、できるようになったら左手を弾いて右手を「読む」、またその逆の右手を弾いて左手を「読む」ことを取り入れた。この練習課題の目的は、ピアノの音と自分の声を同時に聞くことを習

慣化することにある。初め学生たちは、とても大変そうであった。特にバイエル60番(原書)のカノンは良い訓練となった。これをこなすことで、次からの課題がかなり取り組みやすくなった様であった。この段階でこの訓練をしたため、弾き歌いへの導入は自然な流れになったと考えられた。

その時の発声についてであるが、学生たちのこの時点での目的は、ピアノの課題をクリアすることである。筆者は、その目的を果たし易くするためと弾き歌い準備を含み上記の提案を行い、レッスンに取り入れた。ブレスについては指導をしたが、発声についてはその時点で「歌う」ことはしていないので、地声やファルセットなどの指定をせず、出せる声で読むように指示した。学生たちは、今出せる声で音名唱をし、先ず楽譜と指(弾いている鍵盤)と音名唱を結び付け、正確にブレスをし、ピアノを弾きながら「読む」=「声を出す」ことに慣れていった。

ただ、読みながら自然と音程が付き「歌う」ようになっていくと、地声とファルセットの切り替わる高さで歌いづらくなりピアノの手が止まることは見受けられた。その場合は、一旦ピアノの手を止め、声だけで高音から降りてくることで、その切り替え場所をつかみ、そのままの声を保つように指導をしたが、目的がまだそこではないので、基本的には自然に任せるようにした。

声量については、子ども達に歌を教えるために自分だけでなく、同じレッスン室にいる皆に聞こえる声量が必要であるとした。その必要性を説き、声掛けをすれば、ブレスが深くなると同時に通常時よりも大きくなった。ただ、その声量を自発的に保つていくことは残念ながら無く、レッスンの度に声掛けを行った。

身につかなかった理由として、学生たちの自宅での練習時間が夜間であることが多いこと、夜間であるためヘッドフォンで練習をしており、しっかり声を出す事が環境的に難しいと考えられた。

## (2) 弾き歌い導入のために

先に述べた練習方法は、ピアノを弾きながら固定

ド唱法で歌うことによって、声を出しながらピアノを弾くことに慣れるために行ったものであったが、弾き歌い導入のためにはどのような練習方法があるだろうか。

一番大きな違いは「歌詞」(言葉)があることである。その「歌詞」にリズムが付き、音高が付くことによってメロディーとなる。そこに今まで同様にピアノ演奏による伴奏が付く。もともとピアノ伴奏が出来上がっていて、そこに歌詞が付いたものではない。

筆者は、先の17名の協力のもと次のような仮説を立て検証した。

仮説1 人間の体の中で、理解し指示を出すのは「脳」である。その脳の中で「言葉」と「音楽」、そして指を動かす「運動」は別の場所で処理される。しかし弾き歌いでは、それを全て同時に行わなければならない。ならば別のものとして練習し、徐々に重ねていく練習が有効ではないだろうか。その練習の手順を表2にまとめた。

表2

ア	歌詞を全て音読する 丁寧にゆっくりと行い、発音に気を付けてはつきりと読む
イ	ピアノ伴奏を片手ずつ練習する 合わせて弾けるようにする
ウ	右手のメロディーと歌を練習する(メロディーと同一の場合) 1番だけでなく、すべて行う。その際に促音、長音、撥音をチェックし、メロディーやリズムとの関係を考える
エ	歌が付くと弾きにくくなる場所、曖昧な場所の部分練習を行う
オ	一通りできるようになったら、前奏を付け、歌い出しを促せるように、声がけを練習する
カ	全てを含めた通し練習をし、確実に弾き歌いができるようにしておく

仮説2 ピアノもある程度弾け、歌のメロディーも

なんとなくどこかで聞いて知っている場合、ピアノ伴奏を練習した後、すぐ歌を歌っていくというような一つの経過を積み重ねていく練習はどうだろうか。

表3

ア	ピアノを練習する
イ	そこに歌詞を付けて歌う
ウ	何回もできるまで繰り返す

### (3) 検証

学生たちに弾き歌いの宿題を2曲だし、1曲ずつそれぞれの練習方法で練習させた。

レッスンは基本的に週1回なので、練習期間は1週間、曲はそれぞれの進捗もあるので任意とした。どちらにどの練習方法を使うかも任意とした。

### (4) 結果

17人中15人が表2の練習方法の成果が出るという回答を得た。その理由は、練習方法としての手順が多いため、プリントを楽譜の脇に置いて練習し、一つ一つ確認することが必要で面倒くさい部分もあったが、結果として音読をしたことで、歌詞がしっかりと認識でき、ブレスを事前に考える事ができ、練習中に何度も初めからの弾き直しをせずに行えたようであった。

実は、表3の練習方法が多くの子供たちによって行われている。そして今回の検証でも、任意の2曲の中でピアノが難しいと考えられる曲ほどこちらの練習方法を行ってきた。ただ、このやり方は知っている曲は弾き歌うことができても、知らない曲になるとミスを連発し、弾けない、歌えないという曖昧な状態になってしまう事が多かった。また歌詞にどのような表情があっても、ピアノ伴奏が優先されてしまうため無表情な印象となった。

### まとめ

保育士、幼稚園教諭を目指す学生にとって弾き歌いは、その目的を明確にし、より具体的な手順を持った練習方法に沿って練習していけば、大凡はクリアできるのではないかと筆者は考えるに至った。

ただ、ピアノ伴奏が簡易なものであっても、コードで行われるものであっても、歌詞の音読は必要である。なぜならば、弾き歌いをするよりも前に、子ども達に歌詞を伝えなければならないからである。現場では、学生が必死で習得する弾き歌いの前に、まだ文字に目覚めぬ子等に歌詞(言葉)を教えなければならない。そのためにも音読は必要なのである。その後、「範唱」があり、子どもたちの「模唱」を経てピアノの伴奏があり、弾き歌いがあるのである。

養成校において、この弾き歌い指導は概ねピアノを専門に学んだ教員が担当しているという現実と、現場で弾き歌いの何が必要かを踏まえ、共に指導法の研究を行える場があることが望ましいと考えている。

筆者自身も、現場教員や保育士が行う「弾き歌い」が、子どもたちに何を育てる事ができるのか考え、研究を続けていきたいと思う。

#### <引用文献>

- ガハブカ奈美「保育者養成校における歌唱指導について(1)  
～発声法の重要性～」  
(2008年, 京都女子大学発達教育学部紀要第4号)
- 諸井サチヨ「保育者養成校での『弾き歌い』指導に関する一考察  
～学生のピアノ技能に関する実態調査を中心に～」  
(2016年, 淑徳短期大学部研究紀要第55号)

#### <参考文献>

- 米山文明「声と日本人」(平凡社選書)
- 服部竜太郎「ラビニアックの音楽才能教育」(音楽之友社)
- 鈴木佑未子「幼稚園実習における弾き歌い及びピアノ演奏について」(2016, 音楽教育メディア研究第2巻)
- ガハブカ奈美「保育者養成課程における歌唱指導について(III)  
～発声指導の在り方～」(2011, 京都女子大学発達教育学部紀要第7号)
- 平石葉子「幼稚園、保育園から保育者養成校に求められている音楽教育」(2014, 奈良保育学院研究紀要第16号)
- 小林弘忠「金の船ものがたり」(2002, 毎日新聞社)

角田忠信「日本人の脳(続)」(1985, 大修館書店)

藍川由美「日本語を歌おう 子供も大人もゲーム感覚で熱中する  
歌唱法 藍川メソッド」(2011年, カワイ出版)