

# 中学生の 器楽

## 指導者用デジタル教科書（教材） 音声テキスト

本資料は「指導者用デジタル教科書（教材）」に収録されている映像資料の音声をテキストにしたものです。本教材に関連した資料を作成される際の参考として、ご活用ください。なお、音声解説の無い映像資料は、一部割愛しております。

### 目次

リコーダー .....	4
P. 16 楽器を知ろう .....	4
P. 18 姿勢と構え方 .....	4
P. 23 きれいな音を出す秘訣はありますか？ .....	4
P. 24 低い音は、どうしたらきれいに出来ますか？ .....	5
P. 27 高い音は、どうしたらきれいに出来ますか？ .....	5
ギター .....	6
P. 35 姿勢と構え方 .....	6
箏 .....	7
P. 42 姿勢と構え方 .....	7
角爪 .....	7
丸爪 .....	7
P. 43 親指 .....	7
角爪 .....	7
丸爪 .....	7
P. 43 中指・人差し指 .....	7
角爪 .....	7
丸爪 .....	8
P. 44 「虫づくし」 .....	8
角爪 .....	8

丸爪 .....	8
P. 45 「姫松」 .....	8
角爪 .....	8
丸爪 .....	8
P. 46 箏の唱歌 .....	9
弾いてみよう .....	9
①の旋律 .....	9
②の旋律 .....	9
③の旋律 .....	9
P. 48 「さくらさくら」 .....	10
角爪 .....	10
丸爪 .....	10
三味線 .....	11
P. 52 ばちの扱い方 .....	11
P. 52 姿勢と構え方 .....	11
P. 53 左手の構え方 .....	11
P. 53 基本的な奏法 .....	11
P. 54 勘所の押さえ方 .....	12
太鼓 .....	13
P. 57 姿勢と構え方 .....	13
P. 58 ばちの持ち方 .....	13
P. 58 長胴太鼓を平置き台に置いた場合の打ち方（正面） .....	13
P. 58 長胴太鼓を平置き台に置いた場合の打ち方（横） .....	13
P. 58 長胴太鼓を檜台に置いた場合の打ち方 .....	13
篠笛 .....	14
P. 63 姿勢と構え方 .....	14
P. 63 指孔のふさぎ方 .....	14
P. 64 「たこ たこ あがれ」（この映像では「七本」の笛を用いています） .....	14
P. 64 「ほたるこい」（この映像では「七本」の笛を用いています） .....	14

P. 64 指打ち（この映像では「七本」の笛を用いています） .....	15
P. 64 篠笛の唱歌（この映像では「七本」の笛を用いています） .....	15
尺八.....	16
P. 67 音色の違いを聴き比べよう.....	16
P. 68 姿勢と音の出し方.....	16
姿勢.....	16
口の形と呼吸.....	16
音の出し方.....	17
P. 68 「タやけ こやけ」 .....	17
P. 68 尺八の唱歌.....	17
打楽器.....	18
P. 70 クラベス.....	18
P. 70 シェーカー .....	18
P. 70 カウベル.....	18
P. 70 アゴゴー .....	18
P. 71 ボンゴ.....	18
P. 71 コンガ.....	18
P. 72 カスタネット .....	19
P. 72 タンブリン .....	19
P. 72 鈴 .....	19
P. 72 シンバル.....	19
P. 73 小太鼓（スネア ドラム） .....	19
P. 73 大太鼓（バス ドラム） .....	20
P. 74 カホン.....	20
P. 74 ジェンベ（ジャンベ） .....	20
P. 74 ドラムセット.....	20

## リコーダー

### P. 16 楽器を知ろう

こんにちは。ここにあるのは、全てリコーダーです。これは、アルトリコーダーです。ほうら、こんなに小さなリコーダーもありますよ。昔はこの小さなリコーダーで、小鳥に歌を教えていました。

リコーダーという言葉は、英語なんです。シェイクスピアの「ハムレット」の第3幕の2場に、嘘をつくように「簡単に吹ける笛」として登場するほど、当時はポピュラーな楽器でした。リコーダーという名前は、小鳥に歌を覚えさせたことや、小鳥のように歌うという意味から、生まれた説があります。イタリアでは、甘い音のする音色から「フラウト・ドルチェ」。フランスでは、ここがくちばしの形をしているので、形から「フリユート・アベック」。ドイツでは、ここにブロックをはめて発音する構造になっているので「ブロック・フレーテ」。それぞれのお国柄が出ています。リコーダーは、樹脂や木で作られていますが、18世紀には、王侯貴族の趣味であったので、このような象牙に細かい彫刻のあるリコーダーも、制作されました。リコーダーと同様に、中世やルネサンス時代には、このような角でできた「ゲムスホルン」や、リード楽器の「クルムホルン」、ギリシャ神話に登場する「パンパイプ」もありました。

2005年に、エストニア共和国のタルトゥ遺跡で、14世紀のリコーダーがみつかりました。これが、そのレプリカです。中世では、よく絵に描かれているのは、このような形のリコーダーですね。そして、フェルメールの絵には、この形のリコーダーが、描かれていますよ。バロック時代には、このような形になりましたね。ヘンデルやバッハ、ヴィヴァルディが、この楽器のために、たくさんの作品を残しています。そして、このバロック時代の楽器をもとに作られているのが、現代のこの樹脂製のリコーダーです。

### P. 18 姿勢と構え方

まずは、基本となる姿勢を確認します。背筋を伸ばして、肩や腕の力を抜いて立ち、重心は少し前のほうにかけます。椅子に座った場合も、背筋を伸ばして、肩や腕の力を抜いて、重心を少し前のほうにかけます。呼吸をしやすい姿勢をとることが、大事なポイントです。吹き口を、下唇の上にのせて、包むようにします。唇、左手中指、右手親指の3点で、楽器をバランスよく支えて、指に無駄な力が入らないようにしましょう。

### P. 23 きれいな音を出す秘訣はありますか？

では、音を出してみます。口の中に空間をつかって、その空間に響かせるように、そんなイメージで吹きます。

唇の周りに力が入ると、口の中の空間が狭くなって、きれいな音が出ません。

ハミングで(歌唱～♪)と、柔らかく響かせるようなつもりで、口の中の空間を保って、吹きましょう。

#### P.24 低い音は、どうしたらきれいに出せますか？

低い音を吹くときに（演奏～♪）、このように音がひっくり返る場合があります。息が強くないように、口の中の空間を広くした「to」や柔らかい「do」のようなタンギングをすると、音が安定します。

---

#### P.27 高い音は、どうしたらきれいに出せますか？

高い音を出すときには、サミングの隙間に注意しましょう。隙間が空きすぎると（演奏～♪）、このように、別の音が出てしまうこともあります。唇、左手中指、右手親指の3点支持を思い出しながら、楽器をバランスよく支えて、親指の力を抜き、隙間をうまく調整できるようにしましょう。

---

## ギター

### P. 35 姿勢と構え方

まずは、正しい姿勢で、ギターを持ってみましょう。背筋を伸ばして、肩の力を抜き、ヘッドは目の高さに構えます。これがヘッドです。そして足台を使うと、安定しやすくなります。そして、左手は指先でフレット、これ、それぞれ入ってますけれども、フレットのすぐ近くを、押さえます。押さえるときに、こうやって指が反らないように、指の先で押さえましょう。先っぽのほうです。

そして、押さえる位置や、押さえ方によっても音程が変わります。(演奏～♪)、引っ張ると、こういう音がします。押さえすぎると(演奏～♪)、こうやって音程が変わってしまうので、音をよく聴きながら練習します。右手は、テニスボールが手の中に入っているような状態で、力を入れずに、指先を下向きにして、弦の上にそのまま置きます。構え方は、肩に力が入ってこわばらないように注意して、前腕でギターを体に押し付けないようにして、構えます。だから、ふわっとした感じで、手を放してもギターが落ちないようにします。

---

# 箏

## P. 42 姿勢と構え方

### 角爪

生田流では、楽器に対して、斜めに座ります。糸を弾くときは、爪の角を使います。爪の角が、糸にあたるように、肘を自然に張って構えましょう。楽器との距離や角度については、自分の体格に合わせて、調整してください。

### 丸爪

山田流では、体を正面に向けて、両膝が磯にあたるようにして座ります。そして、背筋を伸ばし、両手を箏の上にのせます。左手は、肘を閉じないように、気を付けましょう。また、糸を覗き込んで、頭が下がらないように、視線は箏の向こう側を見ると、よいでしょう。

---

## P. 43 親指

### 角爪

このように3、4本程度、奥の糸に、向こう指を置きます。そして、向こう指を支えにして弾き、次の糸にあてて止めます。

手がつぶれると弾きづらいので、手の中に卵が入っているようなイメージで、構えましょう。また、このように（演奏～♪）、跳ね上げてしまうと、しっかりとした音が出ないので、注意しましょう。

### 丸爪

薬指は、竜角の上に置き、人さし指と中指は、糸の上に置いて、爪で撫でるように弾きましょう。爪を糸の下から跳ね上げたり（演奏～♪）、爪の先だけで（演奏～♪）、引っ掻いたりしないように、気を付けます。

箏では、音を出したあとの余韻を、とても大切にします。テーンと唱歌を歌い、音のイメージを掴むとよいでしょう。また、同じ糸を連続して弾くときには、このように（演奏～♪）、爪をすぐに糸にあてると、余韻が消えてしまいます。糸から少し離れた状態で待ち、余韻を消さないようにしましょう。

---

## P. 43 中指・人差し指

### 角爪

奥から手前に、引っ張てくるようなイメージで弾きます。中指で弾く場合は、中指に、薬指と小指を添えます。そして、親指で弾くときよりも、手首を低くして、腕全体で弾くと、音が安定します。

## 丸爪

第1関節を伸ばし、第2関節を曲げて、爪で撫でるように弾きます。中指や人さし指だけで弾くときには、薬指を竜角から離します。

---

## P. 44 「虫づくし」

### 角爪

巾から一に向かって弾くときは親指で、一から巾に向かって弾くときは中指で弾きます。どの糸も同じ強さや音色で弾けるように、楽器の傾斜に合わせて、糸にあたる爪の角度を調整しながら弾きましょう。巾から一に向かって弾くときは、向こう指を移動させながら弾くのが、ポイントです。松虫の部分は、九の糸に。鈴虫の部分は、五の糸に。くつわ虫の部分は、一の糸に。それぞれ、向こう指をおいて弾くと、よいでしょう。また、指の力だけではなく、体全体で弾くようにすると、楽器がよく響きます。

### 丸爪

巾から一に向かって弾くときは、竜角にのせた薬指を、移動させながら弾くのがポイントです。最初に、十の糸の上へのせ、親指で2、3本弾くごとに、向こうにずらしていきます。一から巾に向かって弾くときは、他の指に力を入れないようにしましょう。

---

## P. 45 「姫松」

### 角爪

同じ音を続けて弾くときは、振動している糸に爪が触れて、(演奏～♪)、このようなピリッとした音が入らないように、気を付けましょう。また、(演奏～♪)、このように音が順番に下がるときには、そのつど、指を離さずに、続けて弾きましょう。

### 丸爪

どの音も同じ強さ、同じ音色で、しっかりと弾けるように、糸の弾き方や、向こう指の位置に気を付けて弾きましょう。

---



## P. 46 箏の唱歌

まず、歌うときの姿勢です。正座で歌う場合は、このように背筋を伸ばし、肩の力を抜き、上半身を楽にして座ります。このように猫背になったり、反対に背筋を反りすぎたりすると、声が出しにくくなりますので、気を付けましょう。椅子に座って歌う場合は、少し浅めに腰掛けて、姿勢を正すようにしましょう。次に、歌い方のポイントです。箏の唱歌は、「シャンテンシャンテン」というように、口をしっかりと動かして、子音をはっきりと、言葉を喋るように歌います。楽譜には、このように「シャ」、「ン」、「テ」、「ン」、「シャ」、「ン」、「テ」、「ン」と、分けて書いてありますが、実際には「シャン」や「テン」で一つの音を表しています。「シャン」、「テン」というように、歌いましょう。

---

### 弾いてみよう

#### ①の旋律

①の旋律、「シャンテン」を弾いてみます。

「シャン」は中指だけでなく、薬指と一緒に弾くイメージで、腕の重みを使って弾きましょう。弾き終わりは、三の糸でしっかり止めることが大切です。

そして、「シャン」を弾いて、三の糸で止めたあと、薬指を支えにして、「テン」を弾いてください。

#### ②の旋律

②の旋律、「ツンテンコーロリン」を弾いてみます。この部分を弾くときは、薬指を三の糸に置き、支えにして弾くとよいでしょう。

「コーロリン」の「ロ」にあたる七の音が転ばないように、唱歌を歌いながら弾くとよいでしょう。

#### ③の旋律

③の旋律、「シャンツーウン」を弾いてみます。

「ツーウン」を弾くときには、下腹にしっかりと力を入れて、軽く肘を曲げ、人さし指と中指で糸を押しします。その際、左肩が上がらないように、気を付けましょう。そして、このようにしっかりと糸を押し、音が上がるようにします。唱歌で歌ったリズムで弾けるように、糸を離すタイミングにも、気を付けてください。

---

## P. 48 「さくらさくら」

### 角爪

9小節目の3拍目は、左手を使って、音の高さを上げる「押し手」で演奏します。押し手には、音を全音上げる「強押し」と、半音上げる「弱押し」があり、この部分は、弱押しで演奏します。

押し手は、糸を弾くのと同時に行います。音をよく聴いて、糸を離すタイミングにも気を付けましょう。17小節目には「かき爪」を使った、「シャンテン」という旋律が出てきます。

かき爪で演奏する2本の糸が、バランスよく鳴るように弾きましょう。18小節目には「割り爪」を使った、「シャシャコロリンツン」という旋律が出てきます。

割り爪も、かき爪と同じように、2本の糸が、バランスよく鳴るようにすると、よいでしょう。20小節目に出てくる「合せ爪」は、2本の糸を、親指と中指で弾く奏法です。

2本の糸を弾けているかどうか、自分の音をよく聴いて、確かめましょう。

### 丸爪

9小節目の3拍目は、左手を使って、音の高さを上げる「押し手」で演奏します。押し手には、音を全音上げる「強押し」と、半音上げる「弱押し」があり、この部分は、弱押しで演奏します。

押し手は、左手の人さし指と中指で行います。左手で押したり、離したりするタイミングと、右手で弾くタイミングが同じになるように、気を付けましょう。17小節目には「かき爪」を使った、「シャンテン」という旋律が出てきます。

「シャンテン」を弾くときには、右手を縦に開き、親指が左側や向こう指側に行かないように、気を付けましょう。18小節目には「割り爪」を使った、「シャシャコロリンツン」という旋律が出てきます。山田流の唱歌では、「シャシャチテツンテン」ともいいます。

割り爪を弾くときには、指を水平に伸ばしてから、指を握るように、曲げるとよいでしょう。20小節目に出てくる「合せ爪」は、親指と中指で、2本の糸を同時に弾く奏法です。山田流の唱歌では、「チャン」といいます。

自分の音をよく聴いて、2本の糸を同時に弾けているかどうか、確かめましょう。

## 三味線

### P. 52 ばちの扱い方

三味線は、このようなばちを使って演奏します。この部分を「開き」、この部分を「柄」といいます。ばちを持つときには、まず、開きの部分を、左手でしっかりと持ちます。そして、右手でばちの真ん中辺りを、上から優しく握むような感じで持ちます。小指は、このように反対側に持っていき、ばちの柄を挟み込みます。また、親指は開きの中心よりも、少し手前に置きます。このとき、親指と人さし指の間に、トンネルを作るようなイメージで、手のひらとばちの間にも、丸い空間が出来るように、ふわっと持ちましょう。ばちが持てたら、手首をぐっと下に曲げてください。手首と肘の真ん中辺りを、左手で握んで支えます。そして、右手の手首を曲げたまま、手のひらを左側に向け、ストンと下に下ろします。扇子であおぐときのようなイメージで、手首を振り子のように動かしてみましょう。これが、三味線を弾くときの、ばちの動かし方です。三味線を構えたときには、今、左手で支えている部分で、胴を支えます。腕全体が動いてしまうと、三味線が安定しませんので、手首だけを動かすこの動きを、よく覚えておきましょう。

---

### P. 52 姿勢と構え方

では、三味線を構えてみましょう。膝頭をこぶし1つ分開けて座り、膝ゴムは右足の膝と付け根の真ん中辺りに置きます。三味線を両手で持って、右足から胴が手のひら1つ分くらい外に出る位置で、膝ゴムの上に置きます。上にある二の糸巻きが、大体、自分の耳の下辺りに来るようにします。三味線の角度は、少し手前に寝かせる感じです。右手でこの角を押さえ、下のこの角が右足にあたるようにして、対角線上に力が加わるようにすると、安定します。

---

### P. 53 左手の構え方

左手は、手のひらを上に向けて、棹をのせないように。手のひらは、常に右を向いていて、指かけのみが棹にあたる状態で、動かします。

---

### P. 53 基本的な奏法

では、ばちを持って、開放弦を弾いてみましょう。手首の角度は、小指が軽く皮に触れる程度が目安です。先程の振り子のような動きを思い出しながら振り上げ、そのまま、打ち下ろすように弾きます。打ち下ろすときには、この、ばち皮の部分をめがけて、打ち下ろしましょう。最初は、糸の響きをよく聴きながら、ゆっくりとした速度で、3本の糸を一緒に弾いてみましょう。

次は、少し速度を上げて、リズムカルに弾いてみましょう。

音を出すことに慣れたら、一、三、二の糸を、それぞれ別々に弾いてみましょう。

---

## P. 54 勘所の押さえ方

勘所を押さえるときには、指をこのように鉤型にしっかり曲げて、指の腹ではなく、指先でしっかり押さえます。勘所の位置を確認しましょう。文化譜の「0」は開放弦。開放弦の半音上が「1」、全音上が「2」、2 を押さえて薬指を出すと「3」、三味線の継ぎ手の辺りが「4」、4 を押さえて中指を出すと「5」、薬指を出すと「6」、6 を押さえて中指を出すと「7」、になります。

---

## 太鼓

### P. 57 姿勢と構え方

まず、両足を肩幅より広めに開いて、右足は後ろに、左足は前にずらし、足の裏でしっかりと床を掴むような感覚で、立ちます。おへその下に力を入れて、下半身を安定させ、上半身はリラックスした状態で、姿勢よく立ちます。そして、打面の中心に、カタカナの「ハ」の字になるように、ばちを構えます。

---

### P. 58 ばちの持ち方

ばちの先端から3分の2くらいの位置に、親指と人さし指を持ってきます。他の3本は、軽く触ってください。演奏中は、全ての指がばちから離れないように、気を付けてください。

---

### P. 58 長胴太鼓を平置き台に置いた場合の打ち方（正面）

長胴太鼓の場合は、打面の中心を打ちます。締太鼓は、中心が響きづらいので、少し外して打ちましょう。中心です。

少し外します。

それから、ばちを打面に押さえつけると、響きが止まります。悪い例。

打面の自然な跳ね返りを利用して、こんな感じです。

よく響かせて打ちましょう。

---

### P. 58 長胴太鼓を平置き台に置いた場合の打ち方（横）

まず、肘、手首、そして、ばちの順番に振り下ろしているのが、分かりますか。

この動きは、締太鼓を打つ場合も、同じです。

---

### P. 58 長胴太鼓を檯台に置いた場合の打ち方

檯台に置いた場合は、まず立ち位置を決めます。両足にしっかり体重をかけるんですが、左足をほんの少し曲げます。重心は真下にし、上半身はまっすぐ、そして、力強く打ちます。ばちを大きく振るので、飛んでいかないように、5本の指でしっかり握りましょう。

---

## 篠笛

### P. 63 姿勢と構え方

まず、姿勢と構え方について、説明します。正面を向いて、このまま構えてしまいますと、少し左側に向いてしまうこととなります。ですから、いちばん始めから、少し体を右側に向けて、そして上半身だけ左に向けて構えると、丁度、正面を向かって演奏できるようになります。

---

### P. 63 指孔のふさぎ方

それでは、次は、指のふさぎ方を説明します。吹口（歌口）は、皆さんに向かって左側です。そして、指孔のいちばん右のあなに、右手の小指をあてます。そして、指は伸ばしたまま、このように、パタパタパタとふさいでいきます。指を伸ばしたままふさぐというのが、リコーダーや他の西洋の管楽器と、少し違ってきます。このように、篠笛を挟むような形で構えると、指孔がふさぎやすい、ということになります。左手ですが、歌口の下に左手をあてて、それで、歌口の手前の角が、唇の真ん中にあたるように、左手で、このように持ってきます。「あ、あたったな」、というような感覚が必要です。そして、次は、左手をずらしていきます。左手の親指を内側にすると、笛が安定しやすく、比較的、手の小さな人も、構えやすくなります。人さし指の付け根の辺りに、しっかりと楽器をあてて支えます。

---

### P. 64 「たこ たこ あがれ」（この映像では「七本」の笛を用いています）

この曲は、2小節を一息で、唱歌の雰囲気を生かして、優しい感じで吹きましょう。

---

### P. 64 「ほたるこい」（この映像では「七本」の笛を用いています）

この曲は、息を強めに吹き入れて、少しぶっきらぼうに、お祭りの笛のようなイメージで、吹いてみましょう。楽譜につけた囲みを参考にして、息継ぎをするとよいでしょう。また、楽器の構え方や、持ち方がしっかりしていないと、七の音を吹くときに、笛が不安定になりがちです。挟む持ち方をする場合は、指先でつまむように持たずに、このように、指の根元から持ちましょう。左手の親指を、左側に出す持ち方をする場合は、親指で、楽器を下からしっかり支えて持ちましょう。

---

#### P. 64 指打ち（この映像では「七本」の笛を用いています）

篠笛では、このように同じ音が続く場合、息やタンギングではなく、「指打ち」という方法で音を切ります。息やタンギングで音を切った演奏と、指打ちで音を切った演奏を聴き比べて、違いを感じ取りましょう。

「六」の音を切るときは、左の人さし指を、「五」の音を切るときは、左の中指を素早く上げて、戻します。

---

#### P. 64 篠笛の唱歌（この映像では「七本」の笛を用いています）

これは、篠笛の唱歌です。本来、篠笛の唱歌は、祭り囃子や歌舞伎の音楽などで用いられるものですが、教科書では、わらべ歌に唱歌をつけて、歌っています。篠笛の練習をするときは、まず唱歌を歌って、旋律や音色の特徴を感じ取り、それから、唱歌の音を楽器で表現します。実際に楽器を構えて、指を動かしながら歌ってみましょう。

---

# 尺八

## P. 67 音色の違いを聴き比べよう

尺八は、息の使い方、運指、首の角度の組み合わせで、音をつくっていく楽器です。同じ音の高さで演奏しても、吹き方の違いで、音色や音の強さが変わります。

---

## P. 68 姿勢と音の出し方

### 姿勢

まず、この尺八を吹くにあたっていちばん大切なこと、これは姿勢です。足を肩幅くらいに広げましょう。それから、胸からおなかにかけて、上半身ですけども、広げてみます。ぐっと広げてみます。そして、ふっと力を抜いてみてください。手を下ろします。それから、今度は、足を曲げてみましょう。軽く曲げてみます。そのときに、おなかがへっこまないように気を付けてください。このように、何度も軽く揺さぶってあげますと、自然と腰が伸びてまいります。このようにですね。こうすることによって、よい姿勢をつくることができます。

### 口の形と呼吸

次は、息を出す練習をしてみましょう。まず、あくびをするときのように、口の中を広げて、ゆっくり息を吸います。続いて、口の中はそのまま、広げたままで、唇を軽く閉じ、息を出していきます。頬や唇に力を入れすぎないように、自然と空気が出るような状態にしていくのがいいです。そのとき唇の形は、口笛を吹くように尖らせたり、唇を左右に強く引きすぎたりしないように、気を付けましょう。次に、口の前に指をかざしてみて、息を吹いてみます。指先の一点に息があたっているような感じがすると、上手くいっている状態です。呼吸の仕方は、歌うときと同じ、腹式呼吸です。下腹の辺りを意識して、息が長く続くようにしてみましょう。

---



## 音の出し方

呼吸に慣れたところで、音を出してみましょ。今回は、竹製の楽器を使っておりますが、塩化ビニール管、もしくは、プラスチック管のような材質の楽器でも、同じ要領です。ここでポイントになるのは、歌口と唇の位置関係です。まず、右手の中指を、一孔と二孔の間に置きます。そして、その真裏に親指が来るように持ちます。それから、一孔を薬指、二孔を人さし指で押さえます。左手はまだ、そのままにしてください。この歌口の部分、この部分、薄くなっている部分ですけども、この部分を唇で挟んでみます。うまく挟めたら、右腕を下げて、歌口と唇の間が空いているようにします。ここで、さっき練習したように、息を出してみましょ。

ここで注意してほしいのは、息を中に入れるのではなく、まっすぐ出すようにしてみてください。

うまくいかないときは、もう一度、最初からやり直してみましょ。

音がうまく出るようになったら、左手の親指で後ろのあなをふさぎます。それから、中指は、第三孔と第四孔の間に置きます。これが、「ド」の運指です。

楽器を構えると、指、腕、また、肩に力が入りがちです。そうすると呼吸が浅くなり、音が出にくくなってしまいます。力まず、うまく楽器を支えられるようにしましょ。

---

## P. 68 「夕やけ こやけ」

尺八は、息のコントロールが難しい楽器です。始めはまず、一つの音を一息で吹いてみましょ。

慣れてきたら、音を少しずつ、つなげて吹いてみましょ。

最後に、2小節を一息で吹いてみます。同じ音が続くときには（演奏～♪）、このように、「指打ち」をして、音を切りましょ。

---

## P. 68 尺八の唱歌

これは、尺八の唱歌です。尺八では、曲の流れを掴んだり、曲を覚えたりするために、唱歌を歌います。

尺八の唱歌は、「口」、「ツ」、「レ」、「チ」、「ハ」、「ヒ」といった、運指や首の角度を表した、音の名前を歌います。このように、運指を行いながら唱歌を歌ってみるのも、効果的です。

---

## 打楽器

### P. 70 クラバス

左手で軽く持ったクラバスの中心付近を、右手で持ったクラバスで打ちます。

---

### P. 70 シェーカー

右手の親指を手前にして、首の高さくらいの位置で軽く持ち、前方に振り出します。手前に引き戻します。

---

### P. 70 カウベル

カウベルを手前に起こして、ばちで先のほうを打ちます。カウベルを寝かせて、表の面を打ちます。

---

### P. 70 アゴゴ

小さいベルを上にして軽く握り、ばちで上のベルを打ちます。下のベルを打ちます。  
こんな奏法もあります。楽器を持った手を握り、大小2つのベルを打ち合わせます。

---

### P. 71 ボンゴ

これはボンゴです。楽器の小さいほうを左側に、大きいほうを右側にして構えます。人さし指、または中指の第2関節を、鼓面の縁にあてるように打ちます。

こんな奏法もあります。左手の手首を回転させながら、親指の第1関節のところで、鼓面を打ちます。左手の親指以外の指の先の部分で、鼓面を打ちます。

---

### P. 71 コンガ

これはコンガです。楽器の小さいほうを左側に、大きいほうを右側にして構えます。人さし指、または中指の第2関節を、鼓面の縁にあてるように打ちます。

こんな奏法もあります。左手の手首を回転させながら、親指の第1関節のところで、鼓面を打ちます。左手の親指以外の指の先の部分で、鼓面を打ちます。

---

## P. 72 カスタネット

左手の手のひらを上向きにして、カスタネットを安定させ、右手の指先で打ちます。

こんな奏法もあります。左手を起こして、カスタネットを持ち、右手で鍵盤を弾くようなつもりで、指を替えながら打ちます。

---

## P. 72 タンブリン

枠の丸いあなの空いている部分を左手で持ちます。親指を鼓面の縁に置き、残りの指で枠を握り込むようにして支え、右手の指先で打ちます。

こんな奏法もあります。左手の親指、人さし指、小指の3点で楽器を支え、手首を素早く回転させるようにして振ります。

---

## P. 72 鈴

手首のスナップを使って振ります。特に歯切れのよい音を出したいときには、楽器を持った左手の手首辺りを、右手で軽く叩きます。

---

## P. 72 シンバル

手革をしっかりと持ち、右手のシンバルで打ち込み、左手のシンバルで、それを受けるようにして演奏します。右手はかまず、自然に左手のシンバルへ落とすようなつもりで、打ち合わせます。腹や胸などに引き寄せて、残響を止めます。

こんな奏法もあります。細かいリズムを演奏するときには、サスペンデッド シンバルを使います。右手で持ったばちで打ち、響きを止めて打つ場合は、左手でシンバルを押さえます。

---

## P. 73 小太鼓（スネア ドラム）

ばちの全体の長さを3等分して、持つ位置の目安にします。両手とも、ばちを同じように持ちます。両脇の力を抜き、肘を曲げながら、腕を上げて自然に構えます。手首を支点にして、スナップを使って打ちます。手首の力を抜いて、重みでばちが落ちるようにします。

---

### P. 73 大太鼓 (バス ドラム)

ばちの全体の長さを3等分して、持つ位置の目安にします。鼓面の中心を、ばちの頭で打てる位置に立ち、自分で打点を確認できるように構えます。残響を止めるときは、左手を使って、鼓面を撫で上げるように押さえます。

こんな奏法もあります。左右同質のばちを同じように持って、交互に素早く打ちます。

---

### P. 74 カホン

これはカホンです。楽器の打面を前に向け、その上に跨って構え、手のひらを振り下ろして打ちます。打つ場所と手のあたる部分によって、音色が変わります。

---

### P. 74 ジェンベ (ジャンベ)

これはジェンベです。椅子に座り、楽器を股に挟んで構え、手のひらを振り下ろして打ちます。打つ場所と手のあたる部分によって、音色が変わります

---

### P. 74 ドラムセット

これはドラムセットです。基本的なドラムセットは、このような楽器で構成されています。演奏する音楽の種類や、演奏者の好みによって、構成や配置を自由に組み合わせることができます。ばちは、このように持ちます。バスドラムとハイハットシンバルのペダルには、足のつま先をのせて、踏んだり離したりしやすいように構えます。体全体を使って、腕の向きや高さを変えながら、それぞれの楽器を打ちます。

響き方や音の高さの違う打楽器で構成されているので、一人で複雑なリズムを生み出すことができます。

---