

# 日本歌唱芸術協会



## 会報

第六号

2022年3月

- 声楽の楽器について-----豊田 喜代美 pp. 1-6
- 音楽と私 II-----友利 あつ子 pp. 7-8
- わたしの発声法ノート-----糸数 剛 pp. 9-10
- パーソナルトレーナーの資格を取得して-----根神 夢野 pp. 11-13
- 恋を知ると人は歌いたくなる-----服部 洋一 pp. 14-17  
～ホアキン・ロドリーゴを支えた妻ビクトリア・カミーの存在 ②

### 【 歌・ことばの集い 】

- おまわりさんのしごと-----長堂 登志子 p. 18
- 歌と人-----花井 玲子 p. 19
- わが人生に悔いなし！-----真榮城 孝 p. 20



©日本歌唱芸術協会(本部：沖縄)

## ■ 声楽の楽器について

豊田 喜代美（声楽家、博士）

※参考文献引用文はゴシック体で記す

クラシック音楽の器楽の場合、例えば、ヴァイオリン奏者にはヴァイオリン、ピアニストにはピアノという楽器が用意されているのに対して、声楽の楽器は身体であり、その身体は100人100とおり、個々人が異なった身体的特徴を持っていることから、最終的には自分自身で楽器を作ることになります。

その方法は、まず声楽の楽器としての構造の知識を持ち、発声のメカニズムを知った上で、呼吸法・発声法・共鳴法の訓練を行っていきます。それは、歌唱のために調整された呼吸が声帯をとおり、共鳴腔で共鳴して倍音をともなった音声獲得を目的とするものです。

身体が声楽の楽器として歌唱する際、身体各部位は適切に体系化された一つの発声機構となり、楽器として機能します。

この発声機構を確立するには、地道な発声トレーニングの努力と長期の忍耐力が必要であることを、世界的に活躍したソプラノ歌手の東敦子氏は、「出口の見えないトンネルを掘るような壮絶な努力」と仰っています。目標とするところはオーケストラの響きと共に十分に演奏できる楽器と発声技術を手に入れることです。

### 歌声と共鳴

「声量」というと大声をイメージする方が多いようですが、豊かな声量は豊かな共鳴とイコールです。「そば鳴り」という言葉があります。これは、近距離や狭いスペースでは声量があるように聴こえても、遠距離や大ホールなどでは歌声が聴こえてこない現象のことです。ですから、本協会の声楽愛好家会員における研修成果演奏会である『歌の集い in 沖縄』は本格的コンサートホール（パレット市民劇場）で開催しております。

幼い頃から始まり音大や研修所での研鑽を経ながら声楽の道を歩んでいる本協会の専門家会員は、試験、オーディション、オペラ総合授業、合唱授業、オーケストラ演奏研修などでのホールでの歌唱体験から自らの歌声が演奏上、どのように響いているのかを知って、その成果と反省が成長に寄与しています。

声楽愛好家会員の皆さまの声楽研修においてもホールでの演奏体験（ソロでも合唱でも）が有効と思います。本格的ホールでの自分や仲間の歌声の響き具合を体感することで、そば鳴りの響きに陥っていないかどうかを自覚し確認できます。また聴いた仲間から感想をいただくことができ、「よし！このままの調子で行こう！」「もう少し声を響かせるようにしよう！どうやって…？」などなど、自らのトレーニングの進め方に気づきがあったり、自信を得たりできる「場」になっていることと思います。

米山文明先生(1925-2015)

筆者の声楽発声の理論的指導者は耳鼻咽喉科医師の米山文明先生です。ご著書は多数あり、特にDVDで実演を見ることのできる『声の不思議～美しい声を作るために～音楽の友社』は再販されてロングセラーになっています。このことから米山氏の声の知見への信頼度の高さが解ります。俳優座の役者さんや歌舞伎役者さん、地唄の方なども米山先生を頼っていらっしゃいました。女優の吉永小百合氏は、米山先生の治療と発声アドバイスによって声が蘇ったことを著書にいらっしゃいます。

米山先生は当時、フィッシャー・ディスクアウト(Dietrich Fischer-Dieskau, ドイツ 1925 - 2012) E. グルベローバ(Edita Gruberová, チェコスロバキア/現スロバキア 1946-2021)など、来日する名だたる声楽家の日本における主治医として、声楽家のみならず、日本の招聘元の担当者にも絶大な信頼を得ていました。グルベローバ氏が喉に違和感を覚えて米山先生の診療を受けたところ、声帯に赤い炎症が少しあることを告げ写真を見せたところ、グルベローバ氏は即刻演奏

会をキャンセルしたことをお話しくださり、その迷いのない判断を指して「プロたるものはこうでなくてはならない。」と仰いました。困り果てている招聘元の担当者を非常に気の毒がっておられました。

米山先生の診療所は渋谷に在り、筆者は音大生時から主治医として大変にお世話になりました。また、博士論文研究の外部専門指導教官のお一人として声楽発声の理論面および実験検証についてのご指導をいただきました。もう一人の外部専門指導教官は慶應義塾大学の古川康一教授（スキルサイエンス）です。

米山先生は、主観にかたむきがちな声楽発声トレーニングに科学の客観性を加えることの重要性を指摘しておられました。

また、声楽家志望の学生に対して指導者の当たり外れがあってはならない、と常々語っておられ、声楽学習者も指導者も発声のメカニズムの共通認識を持つことは必須である、としていらっしゃいました。その知識を持てば、個別の身体であっても発声のメカニズムは同じなので、指導者の言に迷った時は、自分自身で考えて判断することが可能であり、指導者とも対等に議論ができるということです。自分の身体なのだから自分で考えることができなければならないし正解は身体を持ち主である自分の中に在る、とのことでした。そして、正しい発声のメカニズムを知っていれば、声楽家だけでなく誰からも何か自分に有効な発声法の気づきが得られるものだとして仰っていました。

#### 声楽発声技術学習の問題

歌唱の際の声帯などの身体内部の状態は視覚的にとらえることができません。この問題に対しては、1885年に、声楽教師のマヌエル・ガルシア(Manuel Garcia)が、鏡を自分の喉に入れて光を当てて、声帯が動く様子を見ることに成功して、ひとつ解決が見られ、この発見を、ガルシアがロンドンの王立協会(Royal Society)に報告したことをきっかけに、咽頭喉

頭科学の医学的分野が開かれました。声帯が動く様子を見るのが可能となったことは、耳鼻咽喉科の医師が、歌手の声帯の実体を見ることができ、治療に貢献しています。また、声帯の実体の視覚的把握は、発声機構を考究する上でも、重要な資料となっています。しかしながら、歌唱は、発声器官とそれに関連する筋肉、及び、全身の筋肉と骨を使って行われ、また、歌唱表現においては音楽作品との関係から精神的活動の重要性も増します。声帯の動く様子のみ視覚的にとらえることができて、歌うという身体的精神的な全身体的活動においては十分ではありません。この問題に対しては、歌手、ボイストレーナー、医師などの発声訓練指導者は、聴取した歌手の発する音声の特有の倍音を聴き分けることによって、その音声を作っている発声器官と呼吸器官の状態、及び、筋肉の運動状態を判断するという方法をとっています。したがって、歌唱の発声技術の考究には、歌唱における解剖学的、及び、生理学的知識をもって、それらの要素が、どのように協調活動して、歌唱のための発声機構がコントロールされるのかを、歌手と発声訓練指導者は知る必要があると我々は考えます。

歌唱の音声はどのように形成されるのか。米山文明氏が示した、歌唱における音声の形成に必要な三つのレベルを次に記します。

#### 音声の形成に必要な三つのレベル

##### 1. 音声の動力源－呼吸のレベル

肺から気管を通して排出される呼気流と呼気圧が音声形成のエネルギー源となる。

##### 2. 音声の音源－喉頭のレベル

呼気流の運動エネルギーが声帯振動を介して音響エネルギーに変換されると、喉頭原音とよばれる音声の音源が生まれる。そのメカニズムは、肺から送られた呼気流が、喉頭にある声門閉鎖と声帯振動によって、その声帯振動数に応じた回数断続気流をつくり、この呼気流の断続波が空気の唸り現象による振動音

となる。この振動音が喉頭原音である。

### 3. 音声の音色－共鳴のレベル

呼気流からつくられた音源は、共鳴腔で振動することによって、さまざまな音色に変化することができる。喉頭原音は、声帯から上の、声道（喉頭腔、咽頭腔、口腔）、及び、咽頭から分かれて鼻腔に抜ける鼻道、さらに、顔面の鼻腔周辺にある、副鼻腔とよばれる骨の空洞に共鳴する。

#### F. フースラー (F. Husler, 1889-1969) の説

声楽発声を生理解剖学的見地から研究した声楽発声研究者で教育者の F. フースラー(スイス)は、「歌うことは人間の自然な衝動であり、歌う身体的機能は人間に本来備わっており、ことばの発達にともなって衰えていった。」と指摘しており、そこには、声楽の楽器作りとは、歌う身体機能を再開発することである可能性が示唆されています。

#### 歌と言葉について

これまで、ヘルムホルツの音響学的実験科学においてはすでに、歌とことばは、音響学の素材として異なった根源に基づく現象であるとの認識が示されています。

フースラー (F. Husler) は、歌とことばの現象は、発声器官の異なった働きの機構を経て作り出されているとし、その理由は、人類の進化の歴史上、歌とことばの成立の時期が異なっていることに依拠しているとしています。声楽におけることばの問題は、ディクシオン (diction) として扱われます。歌唱時、呼気が上方に押しすすめられ、共鳴腔に共鳴して歌声がつけられるのと同時に、この呼気を利用した唇、舌、軟口蓋、下顎、及び、歯などの構音器官のはたらきによって、言葉がつけられます。以上をふまえ、歌唱における、歌声の発声面とことばの発語面というのは、歌唱の呼気の流れの二つの側面であると我々は認識しました。

#### 音声の共鳴

喉頭原音が共鳴腔に作用して音声となりま

す。これら共鳴腔に作用した部分が基本的周波数のいろいろな倍音に反応してさらに増幅し、これら増幅された倍音振動の諸群（フォルマント formant：母音の構成素音。母音のなかに含まれその存在によって、各母音に特有の音色を与える共鳴音で、舌の位置、状態と唇、及び、下顎の位置で定まる。）の声質、及び、数は、振動する声帯から生じる喉頭原音が共鳴させられる空気空間の長さ、また形状によって決定されます。プロクター (Proctor, D.F.) は、通常少なくとも二つのフォルマントが、明らかに言葉を聞き取りやすく、わかりやすくし、特殊の場合は、追加されたフォルマントが、声の特徴を作り出すことに重要な役割を演じているとする見解を示しています。

次に、声楽の発声技術を考える上で必要な基本知識を、米山文明執筆の文献を参照して確認します。

#### 歌唱の発声技術の概要

甲状軟骨中央部の内側から後方(背側)に向かって水平方向についている声帯(vocal fold)の前端は左右が接着し後端が開閉する。この左右の声帯が閉じたところに息の流れ(呼気流)の呼気圧が加わり、強制的にこじあけて息が通り抜けようとする。ベルヌーイ効果によって閉鎖が促進された声帯は、また次の瞬間には呼気流にこじあけられる。このことによって、呼気流は声帯の振動(開閉)の数だけ分断されて気流の疎密波をつくる。我々はこれを「音」(音波)として聞いている。したがって、声帯の振動(開閉)する数が音の振動数つまり音の高さと一致する。このレベルでつくられた音を喉頭原音という。この喉頭原音(音波)が声帯から上の部分、すなわち喉頭腔・咽頭腔、口腔、鼻腔、副鼻腔、頭部の含気峰窩で共鳴することにより倍音が特定帯域ごとに増幅されて伝播され、我々は音声として聞く。この音声は内喉頭筋群による声帯の形、緊張、開閉などの変化、及び共鳴腔の形、スペースの変化を加えて調節して共鳴の変化をつくっています。

次に、図1. 喉頭周辺 および 図2. 共鳴腔を示します。

図1. 喉頭周辺

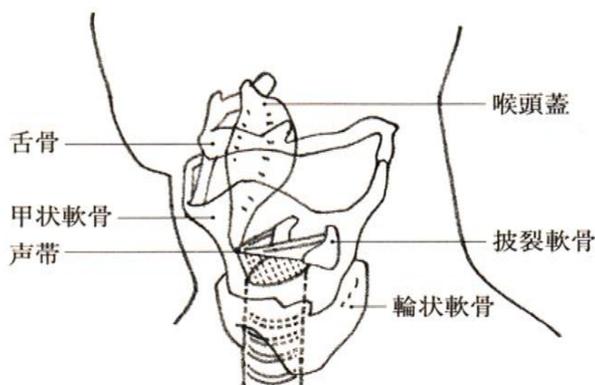
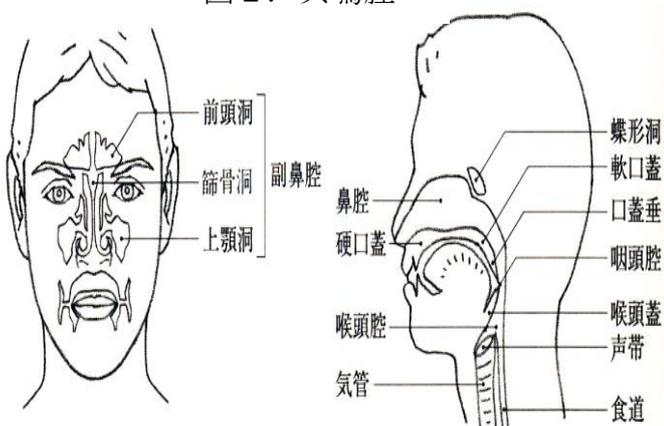


図2. 共鳴腔



※ 図: 米山文明 声の呼吸法—美しい響きをつくる 平凡社 第6刷(2006)より

### 喉頭の構造と機能

喉頭は、呼気を音に変換する器官です。喉頭の構造は、後面は脊椎の上部（I-VII頸椎）にささえられ、前面の枠組みは、甲状軟骨、輪状軟骨、喉頭蓋軟骨の各一個、左右の一对の披裂軟骨、その他の数個の軟骨、及び、舌骨一個、それらを可動的に連結する内喉頭筋と外喉頭筋、各種の靭帯で構成されています。甲状軟骨は、前方及び後方に傾くことができ、一对の披裂軟骨は前方と後方に滑ることができ、喉頭は舌骨に付着する筋肉網によって舌骨から吊り下げられている。歌唱における呼吸や発声は、声帯の声門が開閉して行う。声帯は左右一对であり、甲状軟骨の中央辺りの裏側から後背側水平方向に向かって、声帯の前端の左右が接着しており、後端が開

閉することによって、両側声帯間のスペース部分である声門も開閉する。声帯は気管の出入口で隆起した粘膜と筋肉でできており、三層の構造になっている。その構造は表面が薄い粘膜上皮、その下に非常に可動性に富む粘膜下組織、さらにその下の深部の筋肉層で構成されている。これの粘膜と筋肉が目的に応じて、波動運動、開閉運動を行い、音声の変化をつくりだすことにかかわっている。上記、声帯の開閉、形態や緊張状態による音声の変化は、声帯周辺にある内喉頭筋とよばれる筋肉群によって調整される。歌唱の音楽表現に深くかかわっている、音声の高さ、強さ、持続、音質などの音声の変化は、その全ての因子が、内喉頭筋の調整を受けている。

### 声区

クラシック音楽の音楽用語である「声区」は、パイプオルガンでパイプの長さや太さを変えて音色と音の高低の変化を表現するための用語。イタリアのジュリオ・カッチーニ(1545-1618)が提唱し、音楽家のマヌエル・ガルシア(1805-1906)によって声の分類に定着された。2008年現在においては、この声区の分類法は、時代、国によって異なっている。

米山文明氏は、声区を「一定の発声方式による、同じ音色での一連の音程区域」と記しています。上記に対して、筆者の受けた音楽指導とヴォイスコーチングでは、声区という概念は無く、低音から高音まで一音一音を身体に刻んでいくというだけのものでした。

### 呼吸法・発声法・及び・共鳴法の概要

音楽の楽器である発声機構は、一般的には呼吸法、発声法、共鳴法によって構築されるとされています。呼吸法の目的は、呼気の流れのコントロールにかかわる肋間筋、横隔膜、腹筋、背筋、骨盤筋、臀筋をはじめとした全身の筋肉が歌手の意思どおりに運動することにあります。強く柔軟な筋肉の運動は、神経組織と筋肉の協調運動によってむらのない呼気の流れを

実現します。このコントロールされた呼気の流れが喉頭内の声帯を通過して、それより上方にある共鳴腔にすすみ、音声は呼気の流れの上で響き、呼気の流れに乗って歌手の身体の外へ出されて音声の響きが広がることを司るのが共鳴法です。このことから、共鳴は呼吸と連動しており良い共鳴は正しい呼吸法を前提としていることが示されているといえます。

L. ローマの研究では、共鳴腔を人の声の音響版(sound-board)と説明し、共鳴法とは音声を共鳴腔に設定(voice placing)することであると述べています。

#### 歌唱の際の身体姿勢について

歌唱の正しい呼吸法の学習は自らの身体姿勢を自覚することから始まるといえます。その身体姿勢は、呼気が楽に発声器官を通過して共鳴腔で振動することを目的とします。それは、その人にとって自然でらかな姿勢であり、背骨をまっすぐにして両足を肩幅に開き、首やあごの筋肉をゆるめて、両腕は脱力して自然に垂らし、骨盤筋と臀筋で腹部を支える、というものです。

歌唱の際の身体姿勢の工夫のひとつに次の例があります。それは、イメージとして、両足の下から地球の反対側の地点に体重が支えられているように意識し、また、頭頂は操り人形のように宇宙から釣られているように意識する方法が用いられています。このようにイメージすることによって、身体全体が、緊張をともなったりリラックス状態となることの効果が認められます。

身体が声楽の楽器として機能するための最初の作業である呼吸について、米山文明氏は、「最も自然な呼吸は、仰臥姿勢で得られる」と述べています。

呼吸法単独では、ヨーガ、気功などが世界的に知られ、声の訓練法としては、オーストラリアの舞台俳優アレクサンダー (Frederick Matthias Alexander, 1869-1955) が、自らの声の不調から考案したアレクサンダー方式などがあり、各々単独に、また、組み合わせた方法が

研究されています。米山文明先生は、声楽発声学習現場での共通の呼吸法の解釈と訓練方法を希望されていました。

100人100とおりの身体に対する共通の声楽発声訓練法というのは、全ての身体的差異を問題にしないレベル、生物としての人間の本質的な身体機能というものに注目する必要があると我々は考えています。

#### 米山文明氏の提示した声楽発声

前述のとおり米山氏は長年にわたる声楽発声研究の最終時には、ベルリンのミッテンドルフ研究所出身の呼吸法教師であるマリア・ヘラー (Maria HELLER) 氏と共同で、呼吸と発声の接点をさぐる実践方式の研究を行い、声楽発声の訓練について、次のように提示しています。『呼吸器官、発声器官を別々に限定して訓練するのではなく体全体の動きとして呼吸をとらえ、動かすことのできる体のすべての部分を使って呼吸と発声につなげる方法を取り、最終的には必ず声につなげるところまで導く。』

#### まとめ

声楽の楽器作りの目標とするところは何か？それは大劇場で十分に響き、かつ繊細な表現に対応できる発声機構を持つ楽器としての身体を作ることであり、それはヴァイオリンやピアノのように一つの楽器としての機能を目指しています。声楽の楽器作りは、呼吸法・発声法・共鳴法が連動した総合的な身体活動としての発声機構を作ることと考えます。発声機構とは、身体内に歌うために必要な呼気が入り、歌うための身体各部位が連動して(拮抗しながらも)呼気の流れをコントロールし、喉頭原音を歌声に変換するための機構で、歌手が感じた瞬間に作動し、その感性表現に最適な歌唱を自動的に実現する機能を持っていると我々は捉えました。また発声機構が声楽演奏者の感性にリアルタイムに反応して機能するための身体運動能力(筋肉・骨格など)が発声技術であると、筆者は結論づけました。

## 声楽発声訓練と身体運動科学への期待

歌うことは、人生100年時代を支える健康への効果があることは既に実証されてきています。歌唱が身体総合運動であればこそその健康への効果であると考えています。歌うことを身体総合運動と認識した上で、発声のメカニズムに則って、自分の身体と対話しながら進める声楽発声訓練は、継続することで、それまで気づかなかった自らの身体内部の変化に気づくことが多くなり、健康維持に有意義であると考えています。更に個人固有の能力発見開発への期待を筆者は持っています。

指揮者・若杉弘氏から『年齢を重ねての豊かな人生体験は歌唱表現を豊かにする。その時に歌声が失われているのは悲しいよ。キープしてね。』と言われました。そのためには、声楽発声訓練を主観的観点だけではなく、客観的観点として非侵襲性の身体運動科学が助けになると思います。それは東京大学教養学部「芸術創造連携研究機構」で身体運動科学者の工藤和俊先生と共に担当した授業『楽器としての身体：声楽の実践と科学』を体験し、筆者は確信しました。

歌唱表現に創造性を与えると考えている感受性を高めつつ、生涯、自らの声楽の楽器（身体）作りに努め、研究を深め、公開していきたいと思います。

(本会 代表理事)

## 参考文献

- ・米山文明：声の呼吸法－美しい響きをつくる 平凡社 第6刷(2006)
- ・米山文明：DVD 声の不思議～美しい声を作るために～ 音楽の友社(2007)
- ・Husler.F and Marling.R.Y : Singing The Physical-Nature of the Vocal Organ-A Guide to Unlocking of the Singing Voice, Faber and Faber Limited, London(1965),邦訳:大熊文子,須永義雄訳, うたうこと 発声器官の肉体的特質 音楽之友社(1987)

- ・Roma,Lisa: The Science and Art of Singing, Interpretation and expression of Song,G.Schirmer,(1966)  
邦訳:鈴木佐太郎, 声の科学と技法 音楽之友社 第11版(1977)
- ・Proctor,D.F.: Breathing, Speech, and Song.  
邦訳:原田康夫, 呼吸,発声,歌唱 西村書店(1955)
- ・Kazutoshi Kudo, Kiyomi Toyoda  
(担当:共著,Arts-based methods in education research in Japan  
範囲:Music-based/inspired scientific research and liberal arts education.)  
Brill 2022年3月 (ISBN: 9789004514133)
- ・豊田喜代美：クラシック音楽歌唱における知識創造モデル-スキルサイエンスからの接近.  
北陸先端科学技術大学院大学(2008)

## ■ 音楽と私 II

～ 二期会 研修所での出会い ～

友利 あつ子 声楽家

武蔵野音楽大学大学院を修了したあと、同級生たちは、留学する方、演奏活動をされる方、地元に戻り教職に就かれた方、様々な道へと進んでいきました。

私は沖縄に戻らずもう少し勉強したいと思い、二期会の研修所の研修生の道へと進みました。研修所は予科、本科、マスタークラスと分かれており、さらに昼クラス、夜クラスと時間帯も分かれていたため、仕事をしながら通われている方もいらっしゃいました。

授業はオペラの重唱を中心に勉強します。予科はモーツァルトのオペラの重唱を主に勉強し、本科、マスタークラスからは Rossini、Donizetti、Bellini からロマン派オペラと演目の幅が広がります。それぞれの声にあった演目をクラスの先生方が決めて振り分けました。試験は前期・後期の重唱の試演会、オペラアリア、歌曲試験があり、成績上位者は名前が張り出されます。試験の成績を緊張しながら見たのを今でも覚えています。重唱の授業は声楽の先生だけではなく演出家の先生や指揮者の先生も指導にいらしてくださいました。

予科・三林先生クラスでは演出家の中村敬一先生。本科・大海先生クラスとマスタークラス・伊藤叔先生クラスの二年間は西澤敬一先生でした。

中村先生も西澤先生もとても厳しい先生方でしたが、演技と曲の動機付けを細かく教えて下さったり、演技をほとんどしたことのない私たちにオペラのいろはを丁寧に教えてくださいました。

今でも忘れられないのが、『フィガロの結婚』の No.5 スザンナとマルチェリーナの喧嘩の二重唱の場面で中村先生が「気持ちはどう動いたからその演技になったの？僕には今の演技

が理解できないから説明してくれ」と中村先生の大きな目でじっと見つめられて、私は何も答えられませんでした。

「手の動き一つとっても、足を一步出すのも意味のない動きはないし、その演技はすべて見られていることを忘れてはいけないよ」。演技をすることの意味をはき違えていたことを痛感し、自分に何が足りないかを考えるきっかけになりました。

研修所を修了して数年後、新国立劇場主催（1999年/2000年シーズン）オペラ『沈黙』で新国立劇場合唱団（契約メンバー）として舞台に乗っていた私は、このオペラの演出をされていた中村先生と再会しました。「中村先生、ご無沙汰しております。今回このオペラに乗っております。どうぞよろしくお願いいたします。」とご挨拶しました。すると中村先生から「友利さん、先生ではないので、中村さんでいいよ。この舞台を一緒に作り上げていく仲間なんだからよろしくとね」と仰ってくださいました。恐れ多くて「中村さん」と先生をおよびすることはできませんが、多くの学生や研修生を指導されている先生が名前を憶えてくださったことにとっても嬉しくなり思わず涙がこぼれてしまいました。

二期会の研修所は本科からマスタークラスへ進級するのは厳しく、全体の半分以上しかマスタークラスに進むことが出来ません。マスタークラスともなると二期会の Primo・Prima を目指して外部試験を受けて入学してきます。オペラの公演に出演していてもおかしくないくらい実力のある方々で勢いがありました。

負けん気の強い研修生 20名のクラスだとなかなかまとまらなかつたりすると思うのですが、研修生同士でけなすこともなくお互いを尊重しあえるクラスでした。重唱のレッスンを受けて席に戻ると、その様子をみていた友人が、「演技をこんなふうにしてみたら？そうすると歌いやすくなると思うよ」

とこっそりアドバイスしてくれたり、授業の帰りにみんなで食事をしながら留学やコンクール等の情報交換をしていました。

マスタークラスがまとまったのは伊藤叔（いとう よし、ソプラノ）先生の存在がとても大きいと思います。クラスの雰囲気を明るく和ませ、時には厳しく指導し、また細やかに気配りしてくださいました。

研修生のうちに邦人オペラ作品も勉強した方が良くと伊藤叔先生が提案され、マスタークラスは前期、中期、後期となり、中期に邦人オペラの重唱を勉強することになりました。

私は『修善寺物語』を勉強させていただきました。日本語の歌唱法、さらに演出家の十川稔先生が来て下さり演技や所作の指導など、とても貴重な経験となりました。

二期会の研修所を修了して 20 年近くなりますが、同期のメンバーと今でも交流をしております。切磋琢磨してきたライバルであり良き仲間です。

二期会公演、新国立劇場、びわ湖ホールなど、個々のソロ活動を SNS で見るにつけ、私もしっかり勉強しなくてはと身が引き締まります。

今回は新国立劇場での演奏経験を書かせていただきたいと思います。

左に伊藤叔(Yoshi Ito.ソプラノ) 先生.右に筆者. 二期会研修所クラスの仲間と修了式にて.



## ■ わたしの発声法ノート

糸数 剛 教育家, 歌手

最初におことわりしたい。

ここで述べることはあくまでも現在のわたしの到達点であり、今後修正される可能性大であること。なぜなら、過去にそのようなことを何度も経験しているから。ある時は絶対に正しいと思っていたことが後に間違いだったことは何回もある。

ということで、のちのち自分で『そうではなかった!』となるだろうことを覚悟の上で、わたしの発声法について述べてみたい。関心のあることから順に述べる。

### 1. 《子音前置》

子音の発音を拍の前に出すこと。短い言葉で言い表せるように《子音前置》と呼びたい。(わたしは「ネーミング術語」を提唱しているので、時々造語をする。)

子音を強調するあまり、子音を無理に大きく発音する必要はない。拍の前にそっと軽く置くだけでよい。そのほうが上品に聞こえる。子音はきたない音だと思っている方もいらっしゃるようだが、決してそんなことはない。ドイツの女性歌手の子音が前に出ていて、とても上品で美しく聞こえることがある。

オペラ歌手が日本の歌を歌うとき、何を言っているのかわからないことがよくある。それはたいてい子音をはっきり聞こえてないからである。よく、言葉をはっきりさせるには母音が大事というが、言葉をはっきりさせるのは母音より子音である。むしろ母音は口まわりを脱力し必要最小限の口形でよい。もちろん、フォルテの時は自然に大きく開く。

歌謡曲の歌手はしっかりと子音を立てていることが多い。韓国人の歌手キム・ヨンジャが

歌う歌謡曲を聴くと子音をしっかりと立てて、日本の歌手以上に日本語がはっきり聞こえる。なんと、ハングルの子音には、普通の子音以外に、強調する子音「激音」というのがあるのだ。

### 2. 《鼻腔ドーム》

西洋の歌手が日本人の鼻声をいやがるという話をよく聞く。たしかに日吉ミミのような声は「鼻声」である。しかし、「鼻声」と「鼻に響かせる」とは別だと思う。鼻（鼻腔）には大いに響かせるほうがよいと思う。ドームのある西洋の教会はよく響く。鼻腔を教会のドームだとイメージして響かせるとよい。そうすると喉の負担が減り、高音も出しやすくなる。

これと対照的で、避けたいのが「喉声」である。「喉声」は喉にストレスがかかりやすい。「喉声」から逃れて《鼻腔ドーム》に響かせることである。

### 3. 《必要最小限呼吸》

呼吸法と言うと、「腹に力を入れる」とか「脇腹や背中が膨らむほど空気を入れる」とか、「尻の穴を締める」など、また、逆に「胸を広げて」という指導者もおられる。いろいろ言われるが、必要最低限でいいと思う。

次のように会得したい。

《鼻腔ドーム》に響かせるハミングをする。そのハミングで長いロングトーンをする。息の続く限界までロングトーンをする。すると、最後には自然に腹もふり絞るし、尻の穴も締まる。それが、息使いの原点である。

要するに、無駄な力は要らない。長いフレーズやフォルティシモの時にはいやでもそれが働く。

フォルティシモで歌う場合は「アッポツジョ」（丹田をぐっと内側に押し込む）とわたしは理解している）が有効だと思う。

わたしは、第九合唱のテナーパートの最後の歓呼「Götterfunken Götterfunken」のA5音はこの「アッポッジョ」を駆使して歌っている。

要するに、必要に応じて（必要最小限で）力むことである。

#### 4. 《グラデーション母音唱》

レガートに歌詞を発音するには、唇をやわらかく、必要最小限に動かすことである。そのため有効な方法が、《グラデーション母音唱》である。ア・エ・イ・オ・ウの発音間に節をつけないで、グラデーションで次の母音に移行する。そうすれば、レガート唱法になりやすい。

口の開け方の大きさを議論することがあるが、それも必要に応じてである。ピアノシモで歌うのに口を大きく開けることはあまりないだろう。また、超高音やフォルティシモで歌うのに口をあまり開けるなどというのも酷だろう。

#### 5. 《二師にまみえず》

早く上達したいと、せっせと同時期に複数の先生のレッスンに通う方もいらっしゃる。発声法というのは先生によって意外と異なる。もちろん共通点もあるだろうが、場合によってはまったく逆のことを言われることもある。そうすると、受ける側はどっちつかずになり混乱してしまう。

また、一方の先生からは、「自分が教えたことと違う」と、いやがられたりもする。

わたしの考えでは、同時期に複数の先生につくのではなく、同時期には一人の先生につくほうがよいと思う。いろいろ悩んでどうも合わないようだったら、次に自分に合っている先生を見つけて移行するのがよいのでは。

医者にかかることだってセカンドオピニオンという方途がある。

以上、わたしなりに現在会得しているつもり

のことを述べた。きっと独りよがりの点もあると思う。発声法を論じる方々へのたたき台になってくれると嬉しい。

## ■ パーソナルトレーナーの資格を取得して

根神 夢野 声楽家

皆さま初めまして、日本歌唱芸術協会・幹事の根神夢野と申します。会報第六号にて、自身として初の投稿をすることに緊張と喜びを感じています。

すでに周知のことではありますが、私たちはここ数年、新型コロナウイルスの影響を受け続け数年の月日が経とうとしています。振り返ると、もどかしさやとりとめのない喪失感、生活をしていく上で音楽活動がうまく進まなかったこの時間は、私自身にとって実りのある時間となりました。今回は、その空白の時間で学んだことを述べたいと思います。

それは、歌の楽器としての身体について勉強して、NSCA-CTP パーソナルトレーナーの資格を得たことです。

私が沖縄県立芸術大学に在籍中、本協会の代表理事である豊田喜代美先生による「身体知基礎演習」の授業があり、演奏の各科、琉球芸能、音楽学、作曲などの学生のための、身体姿勢、身体の使い方の基礎について学ぶことができました。

この授業は、声楽家として身体に注目することの重要性を私に強く認識させ、楽器としての自分の身体について、もっと深く理解したいと考えるきっかけとなりました。そのことが大学院を修了してもなお心の根底にあり、自然に自分に相応しい学習先を探していたと思います。

そんな中で NSCA ジャパンの存在を知り、NSCA ジャパン公認 NSCACPT のパーソナルトレーナーについて学び、資格取得に挑戦することを決めたのは 2022 年です。

このご時世ですから、健康第一、歌唱のためだけでなく、愛する家族や関わる全ての方々の健康をサポートしたいという気持ちも芽生えて、がんばることができたと思います。

なんにせよ身体の世界は私にとって未知の世界でありました。ゼロからのスタートでしたが猛勉強の末、NSCA Certified Personal Trainer という全米エクササイズ&コンディショニング協会の認定パーソナルトレーナーに 2022 年の内に合格することができました。

NSCA-CTP の資格保有者は、健康と体力のニーズに関して、評価・動機づけ・教育・トレーニングやコンディショニング全般の指導を行え、優れた専門的能力をもつ人材を認定するものとなります。

指導対象者はアスリートだけでなく、年齢・性別・経験を問わず幅広い層に対してトレーニング指導を行います。そのため、NSCA-CPT はトレーニングの知識に加え、医学的、運動生理学的な専門知識とトレーニングの指導技術が必要となります。

また、パーソナルトレーナーのほか、フィットネスインストラクターやスポーツ指導者、理学療法士、柔道整復師などが NSCA-CPT を取得しており、世界的に知られた資格の一つです。

私は現在、演奏活動や指導を行う傍ら、パーソナルトレーナーとしても活動していきたいと思っています。

そもそも歌唱以前に、人生において健康体で長く過ごしていくためにトレーニングを行うことはとても有効的であるということは、人生経験が長い方であればあるほど身につまされる話であると思います。

人間の身体は 30 歳を境に筋力の低下がはじまるとされています。よってその先からは筋肉トレーニングをすることで「筋肉を維持する」ことになるのだと思います。

声楽は身体が楽器であることは認知されています。身体全体で発声することが何よりも大切です。ですから、声帯のみではなく、身体全体をトレーニングすることがメンテナンスにつながります。自身の身体と向き合うことが、最適な歌唱に導くのではないのでしょうか。

次に身体的な効果と精神的な効果について記します。

## 1. 身体的な効果

運動の効果は身体の機能面によく現れますが、健康的な体形の維持、体力筋力の維持及び向上、加齢に伴う生活機能低下の予防、血行促進により肩こり、冷え性の改善などがあげられます。

それでは、筋力トレーニングを始めてどのように歌唱に影響があるのかを、声楽家である私自身がこれらのトレーニングによって、どう変化したのかを記します。

- ・リサイタル1時間を歌いきることが出来ました。これは歌唱の技術もそうですが、毎日練習を行う上で重要になることは、やはり”体力”です。私たちは身体が楽器であると自覚しているはずなのに、日々の忙しさ、他人を大切に作る面が強くなり、自分へのメンテナンスの優先順位を蔑ろにしてしまいがちです。そこであえて、トレーニングを行う時間を設けることで、より自分自身と対峙しあうことができ日々の充実感が増すと思います。
- ・正しいストレッチによって身体の柔軟性と同時に声の伸びも感じるようになりました。私は日々歌唱前にしっかりとストレッチすることを心掛けています。そのおかげで様々な利点を感じるようになりました。例えば、フレーズの終わりに息が足りなくなったとき、身体が硬直しやすいのが課題でしたが、身体がほぐれた状態になっているので、綺麗に息を吐ききることが可能になりました。さらに、声帯周りの筋膜をしっかりとほぐすことにより、声の伸びも感じられ、練習で声帯が疲労することが減りました。

## 2. 精神的な効果

思いっきり走った後に、爽快感や達成感などとても良い気分になった経験がある方も多いのではないのでしょうか。このように、運動をす

ると精神面にも様々な良い影響を及ぼします。気分転換やストレス解消、認知症の低減などがあげられるとされています。

- ・昨年は自身初となるドイツリートデュオリサイタルを行うことができました。慎重派であった私がこのリサイタルを計画できたのは、第一に日頃からお世話になっている皆様のお陰であることと、地道な筋力トレーニング成果が精神面も強くしてくれたからだと思います。このリサイタルにチャレンジできたことは自身の成長につながる大きな進歩となりました。

### ○ スタティックストレッチング

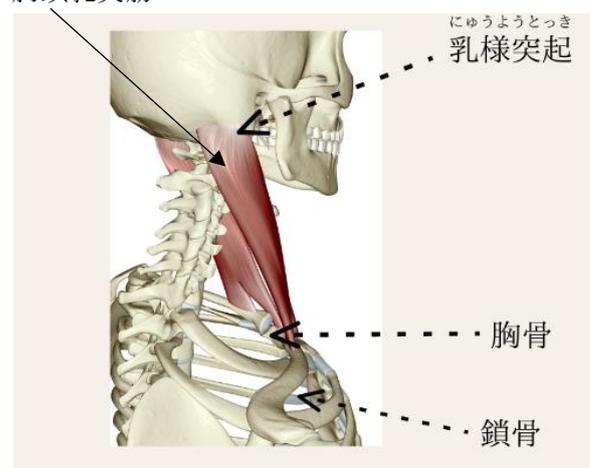
#### Static Stretching（静的柔軟性エクササイズ）

次に、歌唱する上で重要な呼吸を支える胸鎖乳突筋をほぐすスタティックストレッチングを二つ紹介したいと思います。その前に、呼吸を補助する筋肉について説明します。

- ・呼吸を補助する筋肉

呼吸時にはいくつかの補助筋が使われます。まず、胸鎖乳突筋は胸骨と鎖骨の二か所を起点とし、頭骨の乳様突起に付着しています。

胸鎖乳突筋



【図1】書籍：著者 森谷敏夫，書名[NSCA パーソナルトレーナーのための基礎知識第2版]，出版社 大日本印刷株式会社、より

胸鎖乳突筋は頭頸部の関節を曲げる働きをする筋肉で、頭が回転する動きを補助するものです。呼吸の補助筋として考えられ、力いっぱい息を吸い込もうとすると著しく収縮します。

### ○ スタティックストレッチング 2種①②

#### Static Stretching (静的柔軟性エクササイズ)

主にストレッチされる筋肉は、胸鎖乳突筋、後頭下筋、板状筋。

#### ① ルックライト&レフト(頸部:左右への捻り)

1. 立位または座位で頭と首をまっすぐに起す。
2. 最大下の短縮性筋活動/concentric muscle action(筋が抵抗を上回る力を発揮できる筋活動で筋の短縮をもたらす)により頭を右に向ける。
3. 2.と同じく、最大下の短縮性筋活動により頭を左に向ける。

留意点：下記写真を参考にしてください。

- ・首をひねる際に体幹がブレないように行う。
- ・無理をして頭を回旋させ過ぎない。
- ・回数をやり過ぎない。



#### ② ネックフレクション&エクステンション (頸部：前後への屈曲と伸展)

1. 立位または座位で、頭と首をまっすぐに起こした姿勢から、顎を胸に引き寄せるように首を前に曲げる。
2. 顎が胸つくようならば、さらに低い位置につくように顎を下げる。
3. 続いて首を後方に伸展させ、後頭部を背部にできるだけ近づける。

留意点：下記写真を参考にしてください。

- ・無理をして、可動域（動かすことのできる範囲）いっぱいに頭部を屈曲または伸展させない。
- ・力を加えず、前後間の移動はゆっくりと、連続的に、一定の速さで行う。
- ・回数をやり過ぎない。



・・・いかがでしたでしょうか。説明文を読みながら、すぐにできる簡単ストレッチをご紹介します。

身体ストレッチングにおいて何を始めればよいか興味が出てきた方にアドバイスができるの良いと思っておりますが、私も資格を取得したばかりなので、自身におけるトレーニングの日々の積み重ねで身体と声楽の関係についての体験知を豊かにしていくことが、適切なアドバイスをするためには必要と考えています。

日々歌唱していく上で、身体と向き合うことは、切っても切れないものだと思っております。また運動とは「身体を動かすこと」であります。同時に「運を動かす」ものであると、私は感じています。

私は自分の身体と向かい合って、しっかりと、このパーソナルトレーニングを活かし、自分自身の身体を通して、素晴らしい歌声を届けられるよう努力していきたいと思っております。

#### 参考文献

書籍：著者 森谷敏夫、書名 [NSCA パーソナルトレーナーのための基礎知識第2版]、出版社 大日本印刷株式会社

## ■ 恋を知ると人は歌いたくなる

～ホアキン・ロドリーゴを支えた妻ビクトリア・カミーの存在 ②

(本編はシリーズとして掲載している)

服部 洋一 声楽家, 博士 (音楽)

※参考文献引用文はゴシック体で記す

ホアキン・ロドリーゴの妻となった、ビクトリア・カミー (1905～97) は、本シリーズ①にも述べたように、トルコ、イスタンブール生まれのピアニストである。父の仕事の関係で、ヨーロッパ各地に滞在する機会を多く得、幼少期より音楽的才能に恵まれ、3歳半のときには、すでに聞き覚えでピアノを弾き始めていたという。7歳から、本格的なピアノの指導を受け始め、また、早くから語学の才能を発揮し、トルコ語、スペイン語、フランス語、ドイツ語、現代ギリシャ語に長けていた。この語学力で、ロドリーゴを助けたことが縁となり、ロドリーゴ夫妻は運命の出会いを果たすこととなったわけである。後にロドリーゴが世界的に活躍をするようになると、彼女はその語学力をフルに活かして、ロドリーゴの専属通訳者としても働き、彼と各国の政府要人、音楽関係者、報道関係者たちとのコミュニケーションをも支えたのである。ロドリーゴ夫妻は、共に学び、喜び、苦労を分かち合い、いくつもの困難を一緒に乗り越えていったのだった。

ロドリーゴは多作家としても知られているが、声楽作品の他にも、ピアノ曲、ギター曲、様々な楽器のための協奏曲、管弦楽曲と旺盛な作曲活動を行っている。1939年にスペインへ帰国してからは、作曲活動の傍ら、マドリードに拠点を置いて、数々の要職をこなし、音楽史教授や音楽評論でも活躍し、さらに著書も多く残している。

盲人の彼に (とっては申し訳ないが) どうしてそれほどの活躍ができたのか。そのような超人的な仕事ぶりを支えていたのが、まさに

のビクトリアであったのだ。彼女は、妻であり、ピアニストであり、またロドリーゴの声楽作品に詩を提供する詩人でもあった。さらに大きな貢献としては、点字楽譜から五線譜へと楽譜を写す写譜者から戻された原稿を校正し、また出版に際しても、彼の作品のほとんどを手掛ける校正者も務めたこともあげられる。

ビクトリア・カミーは夫ホアキン・ロドリーゴの作品の校正の段階で、ときにはダイナミクスやボーイングを書き加えることすらあり、また、ピアニストでもあった彼女は、ロドリーゴの作品の初演もいくつかたずさわった。彼が海外で講演を行う際には、上述のように、その語学力を生かして通訳をし、文学への造詣も深く、彼が作曲するための詩の選択を手伝い、また彼女自身の手になる詩を提供することも少なかつたのである。まさに内助の功の極みともいえよう！彼女の尽力があったればこそ、ロドリーゴの今日の成功があると言っても過言ではない。

夫妻の1人娘であるセシリア・ロドリーゴ (現ロドリーゴ協会会長) は、以下のように述べている。

(※引用説明:本シリーズ①でも触れたように、インタビュー引用に関しては、小泉詠子博士論文ロドリーゴの歌曲集《アントニオ・マチャードとともに》の演奏解釈をめぐってより転載。pp13-15 原文出典に関しては参考文献に列記。)

彼女(ビクトリア)の果たした貢献の)最も偉大な点は、彼の歌曲のためのテキストを選び、それらを融合させ、英語やフランス語、ドイツ語に翻訳をしたということです。彼女は、完璧に多言語をあやつる秘書として、エージェントとして、渉外のスペシャリストとして、また弁護士のように、彼の契約全てに対し助言をしてきました。彼女の通信書類は多大で、さらに彼の社会的献身や訪問に同行する時間も作っていました。彼女はまた熟達したピアニストでもありました。父は、彼

女の助けの重要性をいつも強調していたものです。

ロドリゴは、ビクトリアについて以下のよう述べている。(※同前)

最後に、私自身や私の音楽に最も影響を及ぼした女性、つまりビクトリア・カミーについて語らせてください。彼女なしには、あのアランフェスをはじめ、膨大な作品は書けなかったでしょう。私の「早起き鳥のための前奏曲」という作品のお蔭で、私はヒバリのような笑い声をもった優しい娘にパリで出会ったのです。というのは、偶然、そのピアニストの手に渡った作品の中に、彼女は(私の中に)作曲家の才能のようなものを見出し、私に会いたいという欲求が生まれたからです。冬の寒い夜、彼女に出会ったその夜から私の人生は全て変わりました。

かくのごとく、ビクトリアへの想いは、彼の創作へのインスピレーションともなっていたのである。1933年1月19日、2人はいくつもの困難を乗り越えてようやく結婚に至ったのだが、新婚夫婦は経済的に困窮し、翌年、一時的にそれぞれの親元で暮らすことを余儀なくされ、数か月の間、やむなく別居することとなってしまったのだ。この期間に書かれたのが、交響詩《青いユリのために Per la flor del lliri blau》(1934)であることは前述した。この作品は、バレンシア芸術協会主催の作曲コンクールで見事1等賞を受賞。また、歌曲においては「嫁ぎし女の頌歌 Cántico de la esposa」(1934)が生まれたのだ。この作品に関して、彼のコメントが残されている。(※同前)

私が最良の音楽作品と思っている曲は、「嫁ぎし女の頌歌」である。これは妻に献げたものだ。その曲の中で、結婚後1年の辛かった時期の彼女に対する自分の感情を表現すべく、全てのインスピレーションを駆使したと信じている。

そして、彼ら夫妻にとっては苦境ともいえる

時期に作曲した作品は世に認められることとなり、「カルタヘーナ伯爵奨学金」を授与されたのだ。否、苦境の時にこそ、環境に打ち勝ち、自己に打ち勝って書き上げた作品だったからこそ、人の心を打つ作品となったのだといえよう。これにより、再びロドリゴは、パリ留学の機会を得ることができたのであった。

1939年、2人には、待望の第1子が産まれる予定であったが、しかし、この当時二人は、経済的に困難を極め、食べる物にも苦勞していたこともあって、ビクトリアは、この最初の子どもを死産してしまう。心身ともに疲弊した彼女は、入院せざるを得ず、この時、ロドリゴは夜眠らずにピアノの前に座り続け、やがて部屋は音楽で満たされ、この時に生まれた音楽が、のちに、かの有名な《アランフェス協奏曲》の〈アダージョ Adagio〉となっていったのである。

この有名なアダージョ。その物憂げで切なく、メランコリーに響く、しかし一方で誰も否定できない、古(いにしえ)から悠久の時を超えて、ずっとスペインの大地に根を張っていたかのような、永遠の旋律—これは、アランフェスの情景であると同時に、病院のベッドに横たわり、ビクトリア自身のことよりもむしろ、たった一人孤独にピアノの前に座り込み、力無く、うな垂れている愛する夫をおもう妻の心、それと同時に初産の子を失った自分に対して、妻は自責の念に駆られて悲痛な思いに苛まれてはいないだろうか、眠ることも出来ぬほど、愛妻のことを心配し続けているロドリゴの心が音となり、夜空で響き合っている調べなのである。

『アランフェス協奏曲』の、この有名な第2楽章のメロディーはその後、広く人々に愛され続けた。その証拠でもあるが、後年、歌詞がつけられ、“Aranjuez d’amour (愛のアランフェス)”といった歌も生まれた。だがロドリゴ協会は、こういった若干ポピュラー音楽的に扱われることを認めず、協会公認版としては、“Aranjuez

con tu amor” となって出版されている。巻末には、この歌バージョンの対訳を記載しておこう。

ロドリゴの音楽を、バレンシアという地中海沿岸に生まれ育ったがゆえに、概して「楽天的である」という演奏家や音楽批評家は少なくないが、しかし果たしてその見方は妥当だろうか。辛く、苦しい時にこそ、その感情をこの世のものとは思えぬほどの美しい音楽へと昇華させることのできた作曲家、それがロドリゴであったのではないかと筆者は捉えている。

晩年、夫妻は日々、どのように過ごし、余暇を楽しんでいるかについてのインタビューがあったとき、これに対して、ロドリゴは以下のように答えている。（※同前）

私の余暇ですか？妻が本を読んでくれ、私達はおしゃべりをします。ときどきピアノで即興をやったり、散歩をしたりします。つまり、普通に過ごしていますよ。少しのテレビとラジオ。タバコを何本か。タバコは毒にも薬にもなりません。ああ、コンサートのことを言うのを忘れていました。週に3回は一緒に行きます。劇場にも…。

何という鴛鴦夫婦だろう！ここで使われている動詞は、ほとんどが1人称複数形であり、ロドリゴが片ときも妻と離れていない様子を窺い知ることができる。また、1979年11月25日のインタビューでは、（※同前）

「ビクトリアは 私の生命、私の光、私のインスピレーション（靈感）、私の協力者、私の全てです…」

と答えている。ロドリゴにとって、妻の存在がいかに重要であったかが、この言葉に集約されているといえよう。

前述したように、盲目であるロドリゴは作曲の際、次のような手順を踏んでいた。まず作曲者自身が点字楽譜に記譜→写譜職人による五線譜への変換→ロドリゴ夫妻による校正→出版社との数回に亘る校正→完成と出版。

ロドリゴは、点字用タイプライター（おそ

らくパーキンスプレーヤーと呼ばれる種類のもの）を用いて記譜をしていたと思われるが、1974年のインタビューからもその苦労を窺い知ることができる。（※同前）

私は、ブライユというシステムで作曲をしますが、それはとても面倒で、カプチン修道士のような忍耐強さで点字の点を打つのです。それから専門の写譜屋が五線に起こし、最後にビクトリアが校正をします。いつもピアノの前に座って作曲するとは限りません。普段は頭の中で構想を練っています。私はずっと以前から完全なる真夜中に暮らしていますが、夜は考えを発展させ、自分の体内の感性を鋭くさせてくれました。つまり、旋律の歌い回しを決定させ、それから和声的な動機で旋律を装飾することができます。私の中では、最後のフレーズ、最後の和声の切り際の響きまで聞こえているのです。

この述懐からは、彼が実際にはどのように作曲していたかについて知ることができる貴重なコメントと言える。そして彼の妻ビクトリアが、夫の点字楽譜と写譜職人の起こした五線譜とを見比べつつ、もし五線転写に過ちが在れば、それを見つけては校正を加えていたというわけである。その作業の大変さはこの下りを読んでいるだけでも、まさに目に浮かぶようである。それは大変骨の折れる作業ではあったろうが、出来たての曲とその楽譜を巡って、ロドリゴ夫妻が作品について、そして音楽について仲睦まじく語り合い、おそらく（これは筆者の想像ではあるが）校正の段階で新たなインスピレーションも湧き、さらに新たな加筆、発展もあったろうと思われる。通常の校正とは違い、時間もかかったことだろうが、入念な推敲が産み出す無駄の排除、主題のさらなる明確化も行なわれたことであろう。（次号 ③へ続く）

（本会 理事）

<引用参考文献>

1. 小泉詠子博士学位論文『ロドリーゴの歌曲集《アントニオ・マチャードとともに》の演奏解釈をめぐって』(2007) 東京藝術大学、pp13-15

上掲書の原文は次の著書を出典としている。

2. Draayer, Suzanne Rhodes Collier. A Singer's Guide to the Songs of Joaquín Rodrigo. Maryland: Scarecrow Press, Inc., 1999
3. Draayer, Suzanne Rhodes Collier. "Joaquín Rodrigo 1901-1999." The Official Journal of the National Association of Teachers of Singing. Jacksonville, Fla: National Association of Teachers of Singing, Inc., 56: 2. 1999
4. Antonio Iglesias. Escritos de Joaquín Rodrigo. Madrid: Editorial Alpuerto, S.A. 1999

ホアキン・ロドリーゴとビクトリア・カミー(1958年マドリード、ビジャラール通りの自宅の屋上で)



Joaquín Rodrigo y Victoria Kamhi en la azotea de su casa de la calle Villalar en Madrid, en 1958. FVJR, F-1145

♪～声楽愛好家会員からのメッセージ～♪

《 歌・ことばの集い 》

## おまわりさんのしごと

長堂 登志子（沖縄県民間教育研究所所長）

辺野古の座り込みが今年の9月22日で3000日になった。

その日は辺野古に150人以上集まって座り込んだが、いつもの3倍の沖縄県警機動隊に排除された。

座り込みの間にみんなで歌を歌ってきた。

その歌もみんなが知っている歌で替え歌が作られた。「明日があるさ」の替え歌で「辺野古へ行こう」という歌がある。「政府の暴力荒れ狂う正義の闘い潰すため 海には海保陸では機動隊 世界に発信しよう 辺野古へ行こう 辺野古へ行こう 新基地阻止しよう」

今大人気になっているのは、辺野古の座り込みに参加した大熊啓さんが作詞・作曲した「おまわりさんのしごと」だ。彼らにこんな仕事を強いている者たちがその後ろにいることを思い、歌にした。「おまわりさんのしごとはみんなを守ること おまわりさんのしごとは暮らしをまもること 子どものころからあこがれた正義のヒーロー おまわりさんのしごとは平和をまもること」

この歌を熱唱していると、機動隊の排除がちょっとやさしくなる。

♪～声楽愛好家会員からのメッセージ～♪

《 歌・ことばの集い 》

## 歌 と 人

花井 玲子

「舞台上ではその人となりが見れる」。時折耳にする言葉だ。最近今をときめく二人のテノールを聞いたことで実感し、20年前に一曲を聞いただけで忘れられない人と歌があることも思い出した。

昨年9月、J.D.フローレスのハイ C を聞くためにリサイタルに足を運んだ。輝く軽やかな声、誠実な歌、優雅で真摯な舞台マナーで、特にファンではなかったがすっかり魅了された。

今年1月はV.グリゴロのリサイタルに。力強く明るい美声とイケメン振りは期待通りだった。ところが舞台上の彼はまるでロック歌手のような激し過ぎる身振りと聴衆に拍手を促すアピールも過激。些かがっかりした。CDやオペラの役柄からは想像できない人となりを「生」の二人から感じたのだ。

20年前のその歌は70代後半の素人女性が歌ったシャンソン「私はヴィオロン」。いわゆる“上手”ではないのに彼女の人生が凝縮され深い滋味をたたえて想像力を刺激し胸にしみいった。

自らの内面が身体を通して声となる歌。歌うときの舞台はつくづく怖い。

♪～声楽愛好家会員からのメッセージ～♪

《 歌・ことばの集い 》

わが人生に悔いなし！

真榮城 孝（声楽パート：バス）

昭和 41 年 3 月東邦大学薬学部卒薬剤師、薬局開業や畑違いのビジネスをしてきましたが、何となく無趣味で仕事だけの人生にそれでいいのかと思い、遅まきながら 64 歳から趣味で水彩画や声楽に挑戦（譜面は読めず）。

「あきさみよー」と思いましたが、声楽は伊江先生の指導のもと、気がついたら 17 年になっております。

2011 年 4 月 第 46 回国際芸術連盟新人オーディション 合格

2012 年 8 月 「第 15 回長江杯国際音楽コンクール」声楽 B 部門第 2 位（35 歳以上 1 位該当者なし）

2014 年 新春コンサート「国際芸術連盟主催・紀尾井ホール」出演

2014 年～2018 年 「あかゆらの会」定期コンサート（パレット市民劇場）出演

2016 年 3 月 「第 18 回万里の長城杯」国際コンクール 審査員特別賞受賞

2016 年 12 月 糸満市制 45 周年市民合唱で第九演奏会出演。

2017 年、2020 年 第 69 回、第 72 回 沖展入選（80 号、初冬のアダンの群生）

2017 年 7 月 ミニコンサート in 宮古島（姉弟による）

2017 年、2020 年 チャペルコンサート（都ホテル）

2016 年～2020 年 1 月 ニューイヤーコンサート（サントリーホール・小）出演

2022 年 3 月 ラフィーネ春の音楽祭（旧東京音楽学校・奏楽堂）出演

※ 予定 2023 年 3 月 30 日パレット市民劇場  
「春のジョイントコンサート」  
姉の山内正枝と共に。姉弟あわせて 167 歳。

現在、伊江 朝明 氏に師事。

国際芸術連盟専門家会員、中国音楽理事会会員、日本歌唱芸術協会会員。

人生 1 回限り、熱く燃ゆ！