



中学校・高等学校軽音楽部

顧問通信

2020年8月号 VOL.31

※本誌に記載されている記事の内容や数字などの全部、または一部を無断で複製、引用することを禁じます。利用の際は当協会までご一報ください。



DIGIRECO.JR 2020年8月号



我々は軽音楽部に対して、同じ絵を見ているだろうか

好きなこと・興味のある分野・就きたい職業...
将来の進路について考えよう！

基本を笑う者は基本に泣く！
みんなでできる基礎練習
高校生のための音楽ライツ入門

「文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」と軽音楽部の接点
軽音楽部の大会における統一審査基準（案）

特定非営利活動法人（NPO法人）

全国学校軽音楽部協会 監修 発行

全国学校軽音楽部協会は 「部活動は教育の一環である」の理念のもと 高等学校軽音楽部の活動を応援しています。

現在、全国で軽音楽系の部活動が活発に行われ、多くの生徒が軽音楽を通して様々なことを学んでいます。それは、軽音楽部の「自主性」や「責任感」の伴う活動が学習意欲の向上につながり、「コミュニケーション」「チームワーク」「クリエイティビティー」といった社会で必要とされるスキルを育てることができる部活動だと認知されてきたからだと思います。しかし、その一方で、他の部活動に比べるとまだその運営方法や指導方法などが確立しておらず、学校単位、各都道府県の高等学校文化連盟軽音楽専門部や軽音楽連盟単位での活動にとどまっているのが現状です。また、大会における審査基準やレギュレーション、校外活動の範囲、部活動とバンド活動との違いなどに統一された定義がないことが軽音楽部の発展の妨げになっていると思います。

今後、軽音楽部の社会的な認知と発展が進み、生徒が部活動として正しく活動できる状態にするには、文化庁をはじめ、各都道府県の高文連専門部や連盟、顧問の先生方と協力しながら、全国規模の交流ができる場を作ることや軽音楽部員への直接的な支援、及び指導が必要だと思います。

私たちは、このような支援活動を推進するには、公平性と中立性を保ちながら、情報公開を通じて広く一般の方の賛同を得ることができる特定非営利活動法人としての活動が望ましいと考え、本協会を設立しました。これまでも、情報誌の発行、大会や合同演奏会の運営支援、大会プログラムの発行、生徒や顧問への各種クリニックや講習会の開催、軽音楽連盟発足の支援などを行ってきました。今後も不特定、かつ多数の公益に寄与しながら、軽音楽を通して青少年の健全な育成を目指していきます。

特定非営利活動法人 全国学校軽音楽部協会
理事長 三谷佳之



中学校・高等学校軽音楽部

顧問通信

■中学校・高等学校軽音楽部 顧問通信 VOL.31
 ■AUG・2020 (第5巻5号通巻31号)
 ■発行日：令和2年8月7日 (金)
 ■監修・発行：特定非営利活動法人 (NPO法人) 全国学校軽音楽部協会
 〒224-0003 横浜市都筑区中川中央1-37-6-405
 TEL：045-913-0901 FAX：045-913-1900
 E-Mail：info@keionkyo.org
 ■企画・編集：株式会社ミュージックネットワーク

※本誌に記載されている記事の内容や数字などの全部、または一部を無断で複製、引用することを禁じます。利用する際は当協会までご一報ください。

- 編集長の言葉 ...4
- 全国学校軽音楽部協会とは... ...5
- 全国高等学校軽音楽連盟 連絡先一覧 ...7
- 配布校リスト ...8
- 「IN MEMORY OF 軽音楽部2020」冊子発行 ...12
- 日本部活動学会 第3回大会に抄録発表 ...14
地方自治体や地域の活性化と新しい部活動の在り方
- 「文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」と軽音楽部の接点 ...39
- 軽音楽部の大会における統一審査基準 (案) ...41
- 声の通りが良くなる口の開き方トレーニング...45

好きなこと・興味のある分野・就きたい職業… 将来の進路について考えよう！ ...16

基本を笑う者は基本に泣く！ みんなでできる基礎練習 ...20

- 第1回 「リズム・トレーニング初級編」
- 第2回 「リズム・トレーニング上級編」
- 第3回 「みんなでやる発声練習」
- 第4回 「スケール練習 ギター・ベース編」
- 第5回 「スケール練習・ボーカル編」
- 第6回 「キーボード基礎練習」

高校生のための音楽ライツ入門 ...33

- 第1回 軽音楽部はクリエイター
- 第2回 自分の作品は自分で守ろう！
- 第3回 音楽は誰のもの？
- 第4回 楽譜にもある音楽ライツ
- 第5回 音楽における「お金」の話
- 第6回 音楽ライツの現在とこれから



我々は軽音楽部に対して、同じ絵を見ているだろうか

前号より「顧問通信」のカラー化、PDF化に変更しました。読んでみようと思っていただける顧問の先生方に送るオプトイン方式は作り手の気持ちにさらなる張り合いを与えてくれます。「部活動としての軽音楽部」を定着させるための同志というか、仲間というか…心強い味方です。まだまだ小さな存在ですが、小さいからこそ意思を同じくして、一枚岩として動いていきたいと思えます。

軽音協ではコロナ禍で軽音楽大会ができなくなった代替に、3年生が部活動に打ち込んだ証になればと思い、「思い出プログラム」という冊子の発行を発案しました。具体的には愛知県版、静岡県版、中部地方版と京都府版を作成しました。資料を用意してくださった顧問の先生方と趣旨に賛同をいただき、挨拶文を寄稿してくださった文化庁やかけはし芸術文化振興財団様にはこの場をお借りしてお礼申し上げます。

ここ最近、部活動としての軽音楽部の認知向上のために、日本部活動学会や文化庁などのお付き合いが増えていきます。日本部活動学会では、先月拙文ながら「地方自治体や地域の活性化と新しい部活動の在り方」という抄録を発表しました。部活動としての軽音楽部の活動領域として自治体や地域活性化の可能性があると感じるからです。また、先月実施した「部活動指導員派遣に関するアンケート調査」は回答率も高く、一定の方向性を読み解くことができる

と思えます。集計結果は次号の顧問通信に掲載すると共に、文化庁に届ける予定です。

文化庁では新しい文化部活動の在り方を考える中で、軽音楽部に注目というのは言い過ぎかもしれませんが、少なくとも関心を寄せていただいていることは事実だと思います。その一方で、古い歴史を持つ部活動や強固な組織を持つ部活動などを横目に見ると、今の軽音楽部には全国大会はあるものの複数が存在しており、それぞれの存在意義が明確になっていません。また、各県が独立して活動しており、各県を取りまとめる上部組織がないのも事実です。今後、文部科学省、文化庁、教育委員会などの軽音楽部の「外」の組織に認められていくことが不可欠です。そこで思うのです。我々、軽音楽部に関わっている者が思い描く軽音楽部のあるべき姿＝絵は同じでしょうか。同じ「絵」を見ているでしょうか。各県の各顧問の先生の中の軽音楽部は「同床異夢」や「同音異義」になっていないでしょうか。まずは、そこから始めないといけないのではないかと思います。

では、また次号で…。



がんばろう軽音楽部

特定非営利活動法人 全国学校軽音楽部協会
理事長 三谷佳之
mitani@keionkyo.org
Twitter @yoshiyukimitani



三谷佳之 YOSHIYUKI MITANI
BLOOD SABBATH (www.bloodsabbath.com)

小学生で電気に興味を持つ。中学生でプリティッシュ・ロックに目覚め、将来はイギリスに住む！と妄想。英語は必須と直感。エレキ・ギターを弾きつつ、ジフセサイザーに興味を持ち、楽器より電気に傾倒。国立奈良工業高等専門学校電気工学科に進学。ロックバンドを組むが長続きせず。在学中、興味の対象は広告宣伝や販売促進、マーケティングに移る。某電子楽器メーカーに就職後、最新テクノロジーだった通信事業に興味を持ち、9年間の勤務を経て、独立。ミュージックネットワークを設立。インターネットのない時代から音楽と通信ネットワークの分野で数々の日本初のビジネスを立ち上げる。2000年の少し前、インターネット業界では当たり前の「コンテンツは無料」というコンセプトを雑誌に応用した「無料雑誌」を思いつき、創刊。2013年、高校の軽音楽部向けの無料雑誌「DIGIRECO.JR」を創刊。2018年、大学の軽音楽サークル向けの無料雑誌「DIGIRECO.SR」を創刊。同年、特定非営利活動法人「全国学校軽音楽部協会」を設立。

音楽面では約10年前にバンドへの興味が再燃。ハードロック系イベントを主催する。その後、主催するよりも出演する方が楽しそう…ということで方向転換。高専生時代から好きだったヘヴィメタルの元祖「BLACK SABBATH」のトリビュート・バンド「BLOOD SABBATH」を結成。年間12回以上のライブを展開。編集長の立場を利用してBLACK SABBATHのメンバーに会うなど…やりたい放題の公私混同。2013年5月、直訳ロッカーの王様と日本語でBLACK SABBATHの名曲を演奏したアルバム「黒い安息日伝説」を発売。好調な売れ行きに気を良くして、現在、第2弾を計画中。2015年5月、BLACK SABBATHのギタリストであるトニー・アイオオのトリビュート・アルバムに参加。世界デビューを果たす。

※ 会社のホームページで設立以来の活動を紹介しています

全国の中高大学の軽音楽部 を支援しています

全国学校軽音楽部協会とは…

現在、全国で軽音楽系の部活動が活発に行われ、多くの生徒が軽音楽を通して様々なことを学んでいます。それは、軽音楽部の「自主性」や「責任感」の伴う活動が学習意欲の向上につながり、「コミュニケーション」「チームワーク」「クリエイティビティー」といった社会で必要とされるスキルを育てることができると認知されてきたからだと思います。しかし、その一方で、他の部活動に比べるとまだその運営方法や指導方法などが確立しておらず、学校単位、各都道府県の高等学校文化連盟軽音楽専門部や軽音楽連盟単位での活動にとどまっているのが現状です。また、大会における審査基準やレギュレーション、校外活動の範囲、部活動とバンド活動との違いなどに統一された定義がないことが軽音楽部の発展の妨げになっていると思います。

今後、軽音楽部の社会的な認知と発展が進み、生徒が部活動として正しく活動できる状態にするには、文化庁をはじめ、各都道府県の高文連専門部や連盟、顧問の先生方と協力しながら、全国規模の交流ができる場を作ることや軽音楽部員への直接的な支援、及び指導が必要だと思います。

私たちは、このような支援活動を推進するには、公平性と中立性を保ちながら、情報公開を通じて広く一般の方の賛同を得ることができる特定非営利活動法人としての活動が望ましいと考え、本協会を設立しました。これまでも、情報誌の発行、大会や合同演奏会の運営支援、大会プログラムの発行、生徒や顧問への各種クリニックや講習会の開催、軽音楽連盟発足の支援などを行ってきました。今後も不特定、かつ多数の公益に寄与しながら、軽音楽を通して青少年の健全な育成を目指していきます。

特定非営利活動法人 全国学校軽音楽部協会
理事長 三谷佳之

ご寄付のお願い

軽音楽部は部活動の1つであり、部活動は学校教育の一環です。学校教育であればこそ、公平性、中立性、継続性が大切です。それらを踏まえ、部活動を支援する団体としては特定非営利活動法人 (NPO 法人) の形態が望ましいと考えました。

軽音楽部の強みはバンドや音楽を通して、社会が求める人材を育成できることです。全国の軽音楽部がより良い活動ができるように応援したい…。当協会の理念や活動内容にご賛同いただける方々のご寄付をお待ちしております。

公平性

全国的に公平であることが求められます。都心の学校でも地方の学校でも機会が均等に提供されることが大切です。営利目的の費用対効果では測れません。

中立性

中立性が保障されることが求められます。生徒にとって本当に有益なサポートを提供することが大切です。特定の企業に偏らず、中立な立場が求められます。

継続性

継続性を担保することが求められます。企業の業績の変動等の理由で支援が中断されるようなことなく、継続的にサポートを続けることが重要です。

全国学校軽音楽部協会へのご寄付をお願いします

音楽・楽器ファンの方や軽音楽部の顧問の先生、父兄、OBやOGの皆様、軽音楽部を応援していただけるあらゆる方からのご寄付をお待ちしております。1,000円から受け付けています。

寄付に関するお申し込みはホームページをご覧ください。
<https://keionkyo.org/sanjyo/>

軽音協の活動は皆様の寄付金で成り立っています

当協会の理念や活動内容にご賛同いただける方々のご支援をお待ちしております

軽音楽部は バランスの取れた 部活動です

軽音楽部は高校生の中で人気の高い部活動です。軽音楽部というと「音楽が好き」や「楽器演奏が楽しい」といった点が注目されますが、それだけではありません。バンドに大切なのは**コミュニケーション**と**チームワーク**と**クリエイティビティー**です。軽音楽部は社会に出てから必要とされるこれらの能力を音楽やバンド活動を通して学ぶことができる部活動です。

コミュニケーション力を育む



バンド活動はメンバー同士で相談しないと何も進みません。軽音楽部の活動を通して、自分の意見を伝えたり、相手の意見を聞くことで「コミュニケーション力」や「協調性」を育むことができます。

チームワークを学ぶ



お互いの意見をぶつけ合い、お互いのことを知ることで団結力と仲間意識が生まれます。軽音楽部は文化部でありながら、運動部のような「チームワーク」と「責任感」を学ぶことができます。

クリエイティビティーを磨く



オリジナル曲を作るのはもちろんのこと、既存曲をコピーする際にも自分たちならではの工夫やアイデアを凝らして楽曲を組み立てていくことで、「クリエイティビティー」を磨くことができます。

協会の主な活動と寄付金の使途

出版物の発行

- ・生徒向け「デジレコ・ジュニア」の発行（年間7回）
- ・顧問向け「顧問通信」の発行（年間7回）
- ・大会プログラムの発行（年間16冊）

ガイドラインの提案

- ・大会審査基準／大会審査員
- ・外部指導員（コーチ）
- ・標準的な機材の提案

技術指導

- ・パートごとの実技指導・アンサンブル指導
- ・音楽理論や作詞／作曲講座
- ・音作り、楽器&電気の知識、音響の指導

合同演奏会・発表会の企画

- ・複数校の合同演奏会のコーディネーター
- ・公共施設、地域行事などでの演奏会の企画
- ・音楽合宿のできるホテルの紹介

講評・審査員・外部コーチ

- ・合同演奏会のコメンテーター
- ・大会などのコンテストの審査員
- ・外部指導員（コーチ）の紹介 * 予定

他校・他県の情報

- ・顧問研修会&交流会
- ・新任顧問のための初級技術講習会
- ・県を跨ぐ顧問交流のコーディネーター

機材選び

- ・予算に応じた楽器や機材選びのアドバイス
- ・騒音問題を解決する「オール電化」の提案
- ・サイレント・スタジオのデモンストレーション

販売／リース

- ・予算に応じた楽器や機材選びのアドバイス
- ・少ない初期投資で機材を揃えられるリース
- ・楽器や機材の販売、説明、メンテナンス

高等学校文化連盟軽音楽専門部 / 高等学校軽音楽連盟 連絡先一覧

これは各都道府県高等学校文化連盟軽音楽専門部、および高等学校軽音楽連盟の連絡先です。各組織に参加することで公式大会に参加したり、他校の顧問の先生と交流する機会が増えます。下記に掲載されていない県高等学校の軽音楽系部活動の顧問の先生で、県をまとめて組織化しようと思われる方は全国学校軽音楽部協会 (info@keionkyo.org) までご一報ください。高等学校の軽音楽部の発展を目指して、頑張りましょう。

	都道府県	団体名	学校数	生徒数	連絡先
北海道	北海道	北海道高等学校文化連盟軽音楽専門部	44校 (45団体)	1,392名	【田澤英貴／委員長】北海道札幌厚別高等学校
	東北	岩手県	岩手県高等学校文化連盟軽音楽専門部	21校	614名
	宮城県	宮城県高等学校文化連盟軽音楽専門部	38校	約1,723名	【平澤和昭／軽音楽専門部理事】尚絅学院高等学校
関東	茨城県	茨城県高等学校軽音楽連盟	7校	269名	【高野陽輔／委員長】茨城県立竹園高等学校
	埼玉県	埼玉県高等学校軽音楽連盟	60校	約2,100名	【齋藤教雄／事務局長】埼玉県立浦和高等学校
	千葉県	千葉県高等学校軽音楽連盟	24校	約500名	【島 晴己子／委員長】東海大学付属浦安高等学校・中等部
	東京都	東京都高等学校文化連盟軽音楽専門部 東京都高等学校軽音楽連盟	126校	約7,000名	【佐々木弘人／委員長】成女高等学校
	神奈川県	神奈川県高等学校文化連盟軽音楽専門部会 神奈川県高等学校軽音楽連盟	80校	約4,000名	【橘 秀樹／委員長】神奈川県立弥栄高等学校
中部	長野県	長野県高等学校文化連盟軽音楽専門部	66校	2,123名	【金山幸信／事務局長】長野県野沢南高等学校
	静岡県	静岡県高等学校文化連盟軽音楽専門部	19校	931名	【小澤知彦／専門部長】静岡県立静岡西高等学校
	愛知県	愛知県高等学校軽音楽連盟	11校	450名	【中村弘之／委員長】名古屋経済大学市邨高等学校
近畿	奈良県	奈良県高等学校軽音楽連盟	7校	350名	【渡邊敬久／事務局長】奈良育英中学校高等学校
	滋賀県	滋賀県高等学校軽音楽部会	15校	約500名	【村田 良／代表幹事】滋賀県立大津清陵高等学校通信部
	京都府	京都府高等学校軽音楽連盟	17校	600名	【中川龍一／委員長】京都光華高等学校
	大阪府	大阪府高等学校芸術文化連盟軽音楽部会 高等学校軽音楽部連盟大阪	104校 (105団体)	約3,000名	【追田和哉／運営委員】大阪府立平野高等学校
	兵庫県	高等学校軽音楽部連盟兵庫	32校	1,406名	【岡崎宏省／連盟長】兵庫県立武庫荘総合高等学校
	和歌山県	和歌山県高等学校文化連盟軽音楽部会 和歌山県高等学校軽音楽連盟	9校	約340名	【横出加津彦／代表理事】和歌山県立粉河高等学校
中国	広島県	広島県高等学校文化連盟軽音楽専門部 広島県高等学校軽音楽連盟	24校	約1,000名	【井上伸明／委員長】広島県立五日市高等学校
四国	高知県	高知県高等学校文化連盟軽音楽専門部	20校	600名	【横田直祐／事務局長】高知県立窪川高等学校
九州・沖縄	福岡県	福岡県高等学校軽音楽連盟	18校	600名	【大谷伸弥／委員長・事務局長】福岡県立筑前高等学校
	熊本県	熊本県高等学校軽音楽連盟	14校	約250名	【森 宏之／理事長】熊本県立済々黌高等学校
	沖縄県	沖縄県高等学校文化連盟軽音楽専門部	43校	約430名	【波平貢司／委員長】沖縄県立球陽高等学校
		合計	799校	30,178名	

冊子
発行

IN MEMORY OF 軽音楽部 2020

昨年度末に始まった新型コロナウイルスの流行は国内だけではなく、世界中に広がりました。ここまで大きな社会現象になり、経済活動に影響するとは誰も想像できなかったと思います。まだ完全に終息したわけではなく、ワクチンや治療薬が開発されるまで、安堵はできません。東京オリンピック／パラリンピックの開催が1年間延期され、国内の小中高校から大学までが一斉に休校するなど前代未聞の出来事でした。高校3年生の皆さんにとって、部活動に打ち込んだ青春時代の集大成としての大会は、運動部も文化部もすべて中止となりました。象徴としての大会はなくなりましたが、皆さんが頑張った証は皆さんの心の中にあります。仲間と過ごした青春時代の日々はこれからの長い人生の節々で思い出すことがあると思います。そこで、皆さんが打ち込んだ軽音楽部の思い出になるように「IN MEMORY OF 軽音楽部 2020」というプログラムを制作しました。軽音楽部で活動した記念になれば幸いです。



静岡県版



愛知県版



中部地方版



京都府版



文化庁 学校芸術教育室長

根来 恭子

軽音楽部に関わるすべての皆様へ

今年は新型コロナウイルスによる学校の休業によって軽音楽部の活動ができなかった方、学校が再開された後も思うように練習や活動ができずに、もどかしい思いをしている方が大勢いらっしゃると思います。また、出場が決まっていた大会や目指していた大会が中止となり、悔しい思いをされている方も大勢いらっしゃると思います。

全国高等学校総合文化祭軽音楽部門も高知県で開催のはずでしたが、生徒の皆様の生命の安全・健康を最優先に考え、インターネットを活用した初の「WEB SOUBUN」として7月31日から10月31日までの3か月間にわたり、開催することとなりました。高知県に一堂に会してコンテストや交流ができなくなったことは大変残念ですが、軽音楽部の皆様の個性溢れる演奏や熱いパフォーマンスがインターネットを通して多くの方々を勇気づけ、軽音楽を愛する仲間との新たな交流が生まれることを期待しています。

新型コロナウイルスは私たちに大きな試練を与えていますが、「新しい生活様式」の中での工夫をこらした活動を通して、お互いに高め合える仲間とのかけがえのない時間や軽音楽の素晴らしさを改めて認識し、今後益々皆様の学校生活が充実したものとなることを願っております。そして、この大きな試練を乗り越えて、皆様が未来の文化芸術の担い手としてご活躍されることを心よりお祈りしております。

最後になりましたが、学校教育の一環としての軽音楽部の活動にご尽力されている全国学校軽音楽部協会をはじめ、各都道府県の軽音楽部門の皆様や顧問の先生方に心から敬意を表しますとともに、これからも全国の学校で活動が活発に行われ、軽音楽部がより一層発展していきますことを祈念いたしまして、挨拶とさせていただきます。



参議院議長

公益財団法人

かけはし芸術文化振興財団理事長

山東 昭子

軽音楽部の皆様へ

「IN MEMORY OF 軽音楽部 2020 ～高等学校軽音楽系部活動の思い出」発刊に際して

今年は新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、東京オリンピックの延期をはじめ、様々なイベントが中止、延期になるなど、予想もしていなかったことが現実として起きています。

高校生においては、文化部、運動部によらず、日頃の活動の成果を発揮する大会や出場を目指していた大会などが、大変残念ながら軒並み中止となってしまいました。特に3年生の皆さんにとっては、その集大成としての大会にチャレンジする機会すら失ってしまったことは、言葉では言い表せないほど様々な気持ちが入り混じり、心の整理も難しかったのではないかと思います。

それでも思い返してください。仲間と一緒に軽音楽部で励んできたこの2年間余りは共に同じ目標に向かって切磋琢磨し、協力し合い、時には衝突もあったでしょう…いろいろなことがあったと思います。みんな1つのものに集中し、作り上げてきたもの、また、共に過ごしてきた時間はこれからの皆さんにとってかけがえのない生涯の大切な思い出、宝物になることと信じています。

3年生にとって高校の軽音楽部での活動は引退となりますが、今後もぜひ音楽に関わってください。そして、軽音楽部で学んだこと、培ったことを生かして将来の日本が益々文化的で豊かな国になるよう、文化芸術をリードしていただけることを期待しています。

最後になりますが、全国の軽音楽部の益々のご発展を心よりご祈念申し上げます。

公益財団法人かけはし芸術文化振興財団

<http://www.kakehashi-foundation.jp>

日本部活動学会 第3回大会 〈プログラム・発表抄録集〉

令和2年7月5日(日)

主管：兵庫教育大学

〈第1セッション〉 座長：平野和弘（駿河台大学）

部活動を議論するための「部」の定義づけ
岡 朋昭（名古屋市立大学）

地方自治体や地域の活性化と新しい部活動の在り方
三谷佳之（NPO法人全国学校軽音楽部協会理事長）

部活動顧問養成の考察 一高校演劇大会における生徒演習活動の習熟効果の観点から—
中島 蓮（北海道大学教育学院生徒指導論講座・北海道札幌市成高等学校）

多文化視点から見る「日本の部活動」—高校留学生の日記分析を手掛かりに—
岡 葉平（九州大学人間環境学府教育システム専攻）

〈第2セッション〉 座長：有山寛利（造手門学院大学）

部活動の教育的役割の検討 一実態調査から見える実態—
伊藤功二（尼崎市立武庫東中学校）

ワークシートと映像コンテンツを活用した部活動の実践研究
神谷 拓（関西大学）・平澤 実（ベネッセコーポレーション）

体育系大学は何ができるか①—サステイナブルな運動「部活動」運営体制の可能性を探る
「運動部活動改革プラン」研究プロジェクトチーム（大阪体育大学）

〈第3セッション〉 座長：森田啓之（兵庫教育大学）

公立中学校における部活動の地域連携に関する検討
幾野健太（横浜市立通島丘中学校）

部活動指導員導入による教員の長時間労働改善の可能性に関する研究
吉野全洋（厚木市立荻野中学校）

学校と地域・民間が融合する部活動改革の取組
—市民団体「基幹地区文化・スポーツクラブ(KCSC)」との協働を通して—
八重樫 通（つくば市立沼田部東中学校）



▲日本部活動学会 第2回 研究集会

日本部活動学会 第3回大会に抄録発表

全国学校軽音楽部協会 理事長
日本部活動学会 理事
三谷佳之

3月末に神戸で開催予定だった日本部活動学会第3回大会がコロナ禍で7月に延期され、その後も終息の兆しが見えず、中止となり、代替措置として抄録を発表し、メールで議論することになりました。部活動の在り方に関心を持つ学会員に軽音楽部の可能性を問う良い機会だと捉え、拙文を発表しました。

地方自治体や地域の活性化と新しい部活動の在り方

1. 新しい部活動の在り方

2018年12月、文化庁が「文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」を発表しました。文化部活動は、生徒が芸術文化などの活動に親しむ基礎を形成するという意義を持ち、大会などの目標に向かって技術を磨いたり、自主・自発的に考えて創作や表現力を高めたり、友人とコミュニケーションを取ったり、将来のキャリア・プランにつながるような活動が可能です。運動部と違い、優劣を付けにくい点が、逆に大会至上主義や

優勝至上主義に走らず、多種多様な活動を可能にします。その1つとして、地方自治体や地域の活性化に向けて活動するということが考えられ、新しい部活動の在り方の提案になるのではないかと思います。

2. 軽音楽部の持つ可能性

①音楽の力

軽音楽部においては、既存曲を演奏することも楽しみの1つですが、荒

削りで新鮮なメロディーと高校生ならではの歌詞や楽器パートごとのフレーズづくりなど、自分たちで創り上げたオリジナル曲の素晴らしさは言うまでもありません。優勝だけを是とすることから脱却、作品を創作、磨き上げることができるのは、まさに文化部活動の特長と言えます。また、演奏を通じた自己表現をすることで、多くの人に感動を与えるエンターテインメント性の高い活動ができるのが軽音楽部の特長です。

②バンドの力

複数の人間が集まり、演奏したり、楽曲を作る場合、コミュニケーションが大切です。気に入らない時も、バンド全体のことを考えて、主張と妥協を繰り返す必要があります。また、演奏する曲が決まれば、それぞれの楽器パートごとに練習を重ね、演奏する際はチームワークを発揮しないと合奏になりません。オリジナル曲を創ったり、既存曲をアレンジする場合にも、クリエイティビティを発揮することになります。このように、バンドとしてまとまるためには「コミュニケーション」、「チームワーク」、「クリエイティビティ」が欠かせません。これらは実社会で求められるスキルであり、それを部活動を通して習得することができるのは軽音楽部の特長です。

③イベントの力

軽音楽部の活動では、バンドで演奏するだけでなく、校内の演奏会や複数校が集まって合同演奏会を企画することができます。特に校外から演奏者や観客を集める場合は事前の企画から、参加校の募集、当日の司会、ステージの進行や音響&照明、機材の設営から撤収、後片付けまでいろいろな役割が発生します。演奏者（表方）と彼らを支える裏方の仕事を通して、イベントは両者の協働作業であることを学ぶことができます。その中で、演奏はさておき、面白い企画を考えたり、司会がうまかったり、音響や照明に能力を発揮するなど、裏方として頭角を表す生徒が出てきたりします。いろいろな役割を分担することで、自分の居場所を見つけることができるのも軽音楽部の特長です。

3. 部活動による地域活性化

①生徒や学校のメリット

軽音楽部において、イベントの開催に多くのメリットがあることは前項の通りですが、それが校外の公的施設での開催となるとさらに増えます。自治体や学校近隣の公共施設を利用することで、生徒が地域との関わりを感じたり、学校の看板を背負っていることで、地域の中の高校という自覚が芽生えます。単に、バンドで演奏するだけでなく、会場の設営からイベントの進行、運営まで担当し、ステージでは自己紹介や学校紹介をすることでイベントの一部始終を学ぶことができます。また、個人的な趣味で活動するバンドと軽音楽部の活動を区別するためにも、公的な場所で開催する演奏会の意義は大きいと言えます。生徒にとっても、自分の友達ではない、面識のない観客に対してエンターテインメント性を発揮する機会となり、自分が楽しいだけでなく、どうしたら聴いている観客が喜んでくれるか、相手のことを考えるようになります。実際、通りすがりの人が自作の曲を最後まで聴いてくれて、拍手までもらえた…と、ある生徒が興奮気味に報告してくれた例もあります。

②地方自治体や地域のメリット

音楽は多くの人の耳目を集めることができます。高校生が制服で生演奏

をします。知っている曲もあれば、知らない曲でも、基本的にはポピュラー音楽ですので、誰でも聴き入ることができます。演奏は1曲4～5分程度、1つのバンドの演奏も20～30分ほどで、それが何組も入れ替わるため、飽きのこないイベントになります。また、ほとんどのバンドは4～5人編成ですので、演奏するスペースはさほど広くないところでも実施することができ、デジタル楽器/音響機器を使うことで、出力音量をコントロールすることができるので騒音問題も気になりません。

③地方自治体や地域貢献の事例

- ・静岡県立静岡西高校：部活動を通じた地域貢献をテーマに、年間6回以上の地域イベントを開催
- ・京都府舞鶴市：全国学校軽音楽部協会との共催で「近畿北陸高等学校軽音楽コンテスト」を開催
- ・京都市/新京極商店街振興組合：七夕祭りの会場で「軽音楽演奏会」を開催
- ・イオンモール(木更津店、和歌山店)：イベントスペースで「軽音楽演奏会」を開催
- ・トヨタカローラ京都：府下21店の店舗内で「軽音楽演奏会」を開催(予定)
- ・千葉県長生郡白子町青年部：高校や大学の軽音楽部と社会人の野外コンサートを開催(予定)

4. NPO との協業による新しい部活動の在り方

①顧問の時間は有限

前項の通り、校外イベントを開催するメリットは多々ありますが、「働き方改革」が進む中、顧問は日常の授業や校務の他に部活動も監督しており、現実問題として地方自治体や地域に演奏会を提案したり、他校に出演を打診したり、関係者と打ち合わせをする時間はほとんどないのが現状です。

②NPO との協業

私が理事長を務める「NPO 法人全国学校軽音楽部協会」は、全国の中学校、高校、大学の軽音楽部を支援しており、俯瞰で考えることができる組織です。時間の足りない顧問を助けるだけでなく、地方自治体との交渉や県を跨いだイベントの企画や後援名義の申請と事業報告、参加校の募集などを行っています。NPO（特定非営利活動法人）は、何かを実行する際に必要と言われる、ヒト、モノ、カネ、情報を、継続性と中立性と公平性を保ちながら運営するのに適した組織形態だと言えます。

ヒトに関しては、当協会は軽音楽に関する専門家集団ですので、音響&照明から、ステージ運営、審査員や講師などのスタッフの手配を担当しています。モノに関しては、イベントで使う機材の提供やアドバイスをしています。イベントにかかるカネに関しては、特定の企業に偏らないように考慮しつつ、スポンサーを探したり、寄付金を集めています。情報に関しては、全国約2,000校の中学校や高校の軽音楽部、約1,200の大学の軽音楽サークルのネットワークを使って連絡を取っています。

以上のように、学校の部活動が地方自治体や地域とイベントを開催する際に、そのパイプ役としてNPOが果たせる役割は大きいと思います。今後、文化部活動が積極的に校外に出て行くことにより、地域との文化的な接点が増え、学校が果たす役割も進化するのではないのでしょうか。

好きなこと・興味のある分野・就きたい職業… 将来の進路について考えよう！

夏休みは勉強や部活動に打ち込んだり、趣味や課外活動に取り組むなど、まとまった時間を作りやすい期間ですが、同時に将来の進路について考える大切な時期でもあります。そこで、今回は「将来の進路について考える」とは、どういうことなのかを掘り下げてみたいと思います。後半には、音楽の仕事を一挙に紹介していますので、ぜひ参考にしてください。

本誌編集長の三谷佳之です。「将来の進路について考えよう」というテーマで何かコメントを書いてくれと編集部から要望がありました。大きなことを言える立場ではありませんが、高校生の皆さんより人生経験だけは長いので（笑）、少しでも参考にできればと思い、持論を述べることにします。

「将来の進路について考えよう」と言われても、2年生にとっては、まだ将来の職業も定まらない段階で卒業後の進路は決められないと思います。一方、数ヶ月前までは中学生で、今春に高校生になったばかりの1年生に将来の職業を決めると言ってもピンと来ないでしょう。将来の進路は途中でいくらかでも変更することができるので、ガチガチに考えることはありませんが、ユルユルでいい加減に考えていると、時間はあっという間に過ぎ去るのも事実です。

自分の人生ですから、できれば好きな仕事、一生続けられる仕事に就きたい。誰でもそう願うでしょう。でも、今の段階では世の中にどんな仕事があるのかよくわからない。そういう時

は多くの人の仕事にはどのようなものがあるのか、少し深く観察してみましょう。親や親戚の仕事について質問するのも良いでしょう。身内ですから、少しくらい突っ込んで質問することもできますよね。通学や休日にすれ違う人がどういう仕事をしているのか、楽しそうか、稼いでいるのか（笑）を想像するのも良いでしょう。そんな活動(?)の中で、これは面白そうだ、これをやってみたいな…と思える仕事(職業)や職種が見つかるの良いですね。もし、やりたいことがなかなか見つからないとか、いくつもあって絞れないという場合は、こういう仕事は苦手だ、魅力を感じない、気が進まない…と思うことを考えて、反対に選択肢を減らしてみてもどうでしょうか。このように、じっくりと観察してみると世の中にはいろいろな仕事があるものです。例を考えてみましょう。

お寿司を食べるのが大好きな人がいたとします。できれば、将来は好きなことの仕事に就きたいと考えて、お寿司に関連する思いついた仕事をリストアップしたのが下の箇条書きです。

お寿司ひとつをとっても、これだけ多様な仕事が存在します（実際はもっとあると思います）。

お寿司に関連する仕事ひとつでも、職種によって身につけておくべき能力が多様多様ですので、当然のことながら、高校卒業後の進路も変わるはず。漠然と進みたい業界や職業が絞れたら、次はその中のどういう職種に興味があるかを考えて、その分野で楽しく仕事をしたり、成功するために必要と思われる能力を身につけられる進路を選ぶのが王道だと思います。

紙幅が残り少なくなってきましたので、最後に一言を…。将来の進路はいつでも、途中で変えられます。当てのないドライブと行き先がコロコロと変わるドライブは、その意味がまったく違います。1つの仕事に一途になって成功した人もいれば、何度も転職を繰り返して、最終的に大成功を収めた人もいます。逆に言えば、なんとなくポーッと毎日を過ごして成功した人はいません。途中で路線変更をしても構わないので、毎回真剣に向き合うことが大切だと思います。皆さんは可能性に満ち満ちています。ぜひ豊かな人生を送ってください。



お寿司に関する仕事の例

- ・お寿司の作り方を極めたい → 寿司職人
- ・お寿司の作り方を教えたい → 寿司学校の指導者
- ・お寿司を食べて客が喜ぶ顔を見たい → 寿司店勤務（接客業）
- ・寿司屋を経営したい → 経営者
- ・寿司屋を支援したい → 魚の卸業者、調理器具メーカー
- ・魅力的な寿司屋の店舗を作りたい → 建築設計、施工業者
- ・おいしいお寿司になる魚を研究したい → 水産系の研究職
- ・おいしいお寿司を食べまくりたい → グルメ・レポーター
- ・お寿司や寿司店を紹介したい → メディア（プロデューサー）
- ・お寿司の文化を世界に伝えたい → 語学とコミュニケーションのスキル

複数のオープンキャンパスに参加し、中立な視点で見比べてみましょう

本校の進路指導部としては「卒業後の就職状況」と「学費」をチェックするように生徒へ伝えていきます。「奨学金制度」の有無も大切なポイントです。現在は奨学金を申請する家庭が多くなっており、クラスの半数以上の家庭が奨学金を申請していることもあります。高校3年生の今の時期くらいに申請をし、次の進路先への入学後に受け取る「予約奨学金」というのがありますが、その申請数は毎年増えている状況です。それから、複数の大学や専門学校のオープンキャンパスに行くこと。特に初めて訪問したところの印象が強く残りやすいので、ニュートラルな視点でそれぞれを見比べてみるのが大切です。

これはどの学校にも当てはまることではないかもしれませんが、本校では1年生のうちから「インターンシップ研修」という職業体験をさせており、「実社会を自分の目で見て、それから進路の選択をしよ

う！」という取り組みを行っています。高校3年生になってから慌てるのではなく、高校1年生のうちからオープンキャンパスに参加して、自分の進路を考えるように指導しているので、早いうちから将来の夢や進路についての希望を持っている生徒は昔よりも増えていると思います。

また、なるべく自分の希望する分野や学科を設置している学校を実際に訪問し、その学校の持つ雰囲気を感じ取るように伝えていきます。特に将来、自分のやりたいことが明確になっている生徒に対しては、自分の未来や高校卒業後にその学校に通っている自分の姿をイメージして欲しいですね。それから、本人もそうだと思いますが、保護者の観点からすると「卒業後は、ちゃんと就職ができるのか」ということが一番気になることだと思います。ですので、就職率はどのくらいなのかということと具体的な卒

業後の就職先の例も見てきて欲しいところです。

現在は昔とは様子が異なり、大学が専門学校化している側面があると思います。これまではざっくりと法学部や経済学部という風に分かれていたのが、現在は専門学校のように「〇〇コース」や「□□コース」という風に細分化が進んでいます。細かく分かれているからこそ、より専門的なことを学ぶことができるわけですが、中途半端な興味で選択してしまうと途中で休学や退学に陥りかねないので、将来の目標や目指したい方向性をしっかりと決めてから進学先を選ぶのが失敗しないやり方だと思います。

名古屋経済大学市邨高等学校
進路指導部

中村弘之

オープンキャンパスは早めに計画を立てて、予定を組んでおきましょう

自分の将来の「方向性」がある程度、決まっている生徒に対しては、通常なら「オープンキャンパスで自分のやりたいことのできる環境があるかどうかを見てきなさい」と伝えていきます。ただ、この状況ではそれは難しいでしょうから、いろいろな方法を使って情報を集めないといけません。

やはり大切なことは、学ぼうとする場所に自分が本当に学びたい「分野」が設置されているかどうか、やりたいことを学ぶ「機会」が得られるかどうか、その専門分野の「先生」がいらっしゃるか、といった「学問環境」に注目することです。また、「学内の施設」や「周辺の環境」を知ることも大切なポイントです。学問環境は素晴らしいとしても、生徒によっては進学先の学校が自分にフィットしないこともあります。入学してから「やっぱり自分には合わないな…」となると大変ですから、自分がその学校に身

を置いたと想定して、いろいろと考えを巡らす必要があります。今ですと実際にキャンパス内に入れなくても、駅から大学周辺を歩いてみることはプラスになると思います。

まだ「やりたいこと」や「就きたい職業」が決まっていなくても、いろいろと情報を探ることで、漠然としていた「方向性」が少しずつ定まって、様々な「選択肢」が見えてきます。その学問環境で何が行われているのか、どんなことが学べるのかという「疑問」が生じてくれば、自分の希望する方向性が見えてくるでしょう。本来ならば、模擬授業を受けて専門性の深さを「体験」し、それが自分の「興味」と合致するかどうかを確認するのが理想です。ただ、今は実際に体験することは難しいですから、まず配信などを利用して自分の方向性を探ることが大事だと思います。

この時期はWEBや学校案内などで情報収集をすることから始めるようになるでしょう。今までの夏は各地域で多くの学校がオープンキャンパスを開催していましたが、今年はこれまでとは違った計画を立てないといけません。夏の学習や模試、行事、私用などがある中で、並行して情報を集め、自ら「経験」を積み重ねることが必要です。「体験できることは何でも挑戦してみよう」という姿勢が大切だと思います。

サレジオ学院中学校高等学校
教諭

堀内裕明

オープンキャンパスに参加する際の大切な4つのポイント

株式会社キッズ・コーポレーションは高校生の進路選択をサポートする講演会などを実施している会社です。私自身も模擬面接指導などで高校生の皆さんとお会いする機会も多く、前職では音楽専門学校で授業/生徒指導などもしていました。今はオンライン説明会なども頻繁に行われていますが、学校選びや入学後の学生生活にも関連してきますので、ぜひ実際に学校に足を運んでみてください。

① 模擬講義/体験授業で授業の雰囲気を知る。

オープンキャンパスでは「学校説明会」とあわせて「模擬講義・体験授業」なども同時開催されています。どんな先生がどんな雰囲気でお話してくれるのかを感じるいい機会です。仮に「内容が難しい」と感じたとしても、別の講義・授業で補う内容が開講されているのか？などの確認にもつながり、高校

生のうちから準備できることはないか？というようなモチベーション・アップにつながると思います。学生生活の大部分である「講義・授業」をよりリアルに感じるためにも「模擬講義・体験授業」に参加することをおすすめします。

② 在学生と話せる機会がある時の参加はなおよし！

キャンパス・校舎を見学する際に在学生の方々が皆さんを誘導し、質問に答えてくれるような機会を用意している学校も多いです。学校職員の方々には質問しにくいと感じるようでしたら、比較的年齢の近い在学生の方々に気軽に話しかけてみるのもいいと思います。実際に受験した方々の話はきっと参考になることがあると思います。

③ 1人で参加する（※保護者と一緒に参加する）。

友人との参加を考えている方も多くいると思いますが、できることなら1人で、もしくはご家族と参加されることをおすすめします。進学されるのは自分自身ですので周囲の意見に左右されない状況の方がより冷静に学校選びと向き合えると思います。

④ 実際に通学する交通ルートで行ってみる。

通う学校・キャンパスまで何分で行けるのか？を知っておくのも大事なことです。1年時の利用キャンパスが郊外で自宅から3時間かかるとなると一人暮らしや寮利用も考えなくてはなりません。学びたいことが最優先ではありますが、自宅から通学をされる方はこういったことも確認しておきましょう。

株式会社キッズ・コーポレーション
事業創造部 清水次郎

ミュージシャンだけじゃない!?

「音楽業界」のお仕事。

皆さんが普段聴いているアーティストやバンドの音源はどうやって作られているのでしょうか。また、大きな会場でのライブや歌番組、ミュージック・ビデオやインタビュー記事…。これらはどんな人たちが作っているのでしょうか。知っているようで知らない「音楽業界の仕事」をカテゴリーに分けて見てみましょう。

ミュージシャン



歌ったり楽器を演奏したり、楽曲を作ったりする人たちのことを**ミュージシャン**と言います。いわゆるシンガー・ソング・ライターやバンド・マンのような「自分が主役となって活躍する」ミュージシャンのことを、日本では**アーティスト**と呼ぶことが多く、また、楽器の演奏をメインとしている場合は**プレイヤー**と呼ばれることもあります。

世間的に有名なアーティストやバンドばかりがミュージシャンだと思われがちですが、実は「音楽家」としての仕事は多岐に渡ります。例えば、アーティストのライブやツアーでバック・バンドとして演奏したりする**サポート・ミュージシャン**やレコーディングを行う**スタジオ・ミュージ**

シャン。他に**作詞家**、**作曲家**、**アレンジャー**、**プロデューサー**として、あるいはパソコンを使って楽曲を作る**サウンド・クリエイター**としての仕事もあります。ドラマや映画、芝居をはじめ、商店街やスーパーなどのBGM、カラオケBOXの音源、クイズ番組の効果音からコマーシャルのイメージ・ソングにいたるまで、街に溢れているほぼすべての音楽がミュージシャンによって作られ、ミュージシャンによって演奏されているのです。

また、**音楽学校の講師**や**インストラクター**、インターネット上に作品を発表する**ネット・ミュージシャン**といった職業もあります。

技術スタッフ



ミュージシャンのライブは**PA（音響）スタッフ**、**照明スタッフ**、**舞台美術スタッフ**、**楽器スタッフ**、**映像スタッフ**といった専門の「コンサート・スタッフ」が技術的にサポートしています。さらに、ショー全体を取り仕切る**舞台監督**、スモークや紙吹雪などでステージを演出する**特殊効果スタッフ**など、様々な担当が共同でコンサートを作り上げています。

楽曲の音源を制作する「レコーディング・スタッフ」には、**レコーディング・エンジニア**をはじめ、**ミキサー**や**マスタリング・エンジニア**という「音」をまとめるスタッフの他に、**サウ**

ンド・プロデューサーや**音楽ディレクター**など全体を見るスタッフがいいます。

音楽の現場は、他にもテレビ局やラジオ局、そして、今はインターネットの中にもあります。最近では映像に音楽や効果音を乗せる**MA(Multi Audio)**や音を編集する**サウンド・プログラマー**が人気です。

技術スタッフは専門職です。それぞれの職業に就くには専門的な技術と知識、そして、経験が必要です。実際の現場さながらの環境で経験を積むことができる専門学校の出身者が多いのもうなずけます。

制作スタッフ



アーティストやミュージシャンは**マネジメント**や**スケジュール管理**を業務委託するため、**プロダクション**に所属します。そして、CDなどの音源を発売するために**レーベル**や**音楽出版会社**と契約します。ライブ・コンサートを行う場合は**イベント制作会社**に依頼して、会場や各技術スタッフと契約します。

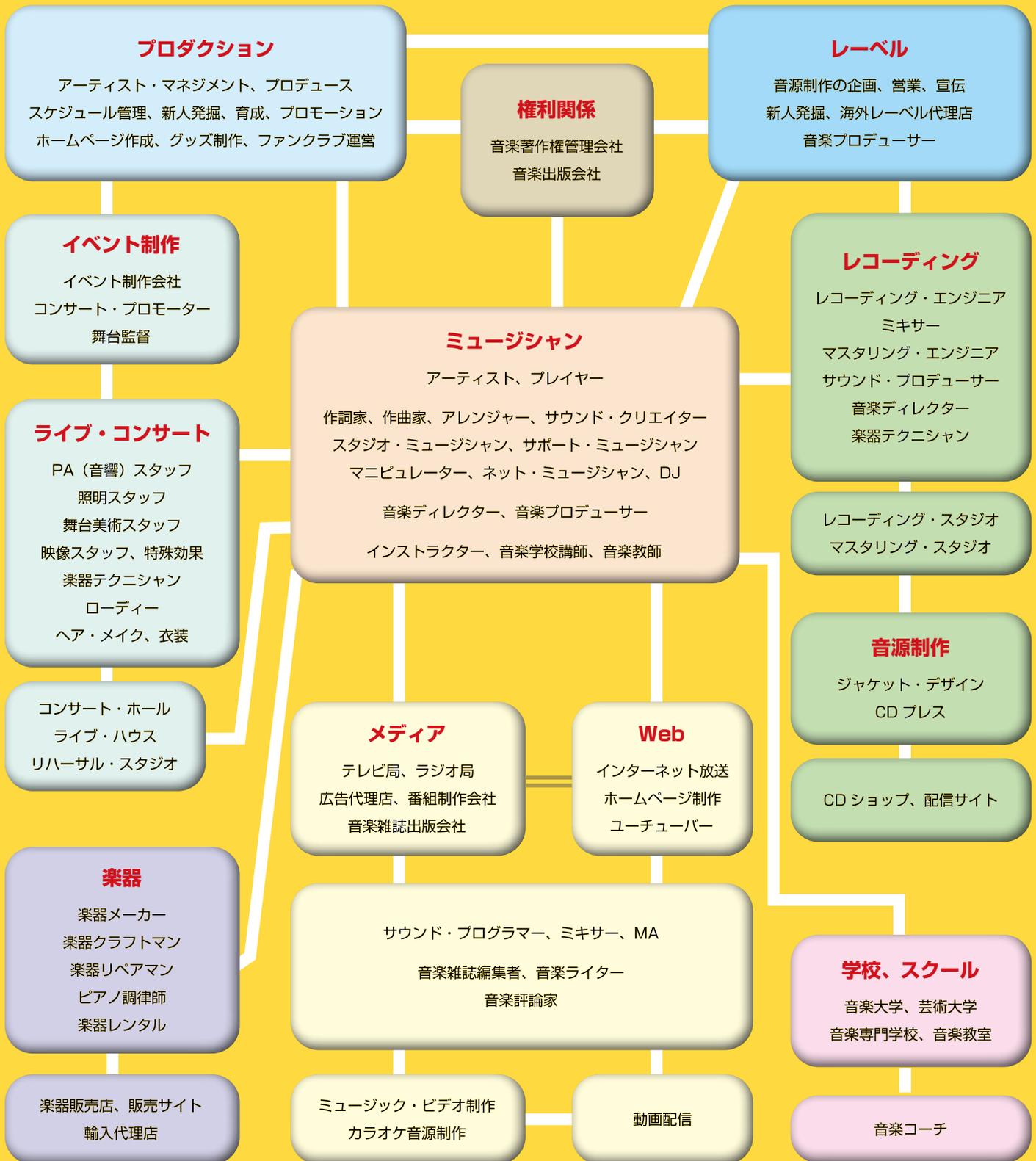
プロダクションは所属アーティストの**プロデュース**や**プロモーション**だけではなく、常に**新人開発**と**育成**も行っています。また、**ホームページ**の管理や**ファンクラブ**の運営、**グッズ制**

作なども行います。レーベルは音源制作の**企画**から**制作**までを行い、**音楽プロデューサー**によって全体がまとめられます。また、完成した音源をいかに販売するかという**販売促進**のための**営業**と**宣伝**も行います。

制作スタッフは基本的に会社員です。制作スタッフを目指すなら、関連の企業に就職することが目標です。必要なスキルや経験に応じて、大学、芸術大学や専門学校、またはスクールで学ぶことができます。

これが 音楽業界関連図だ！

音楽業界は、アーティストやミュージシャンを中心に、所属プロダクションやレーベル、ライブや音源の制作チーム、技術スタッフ、楽器製造、権利管理、そして学校などの業種によって成り立っています。しかし、それぞれが独立しているというよりも、お互いが関係し合いながら出来上がっています。





辻 伸介
 ドラマーとして、HR/HMから歌モノや
 Pops、演歌まで叩きこなす幅広い音楽性
 で、ライブサポートやレコーディング、
 インストラクター、ディレクション、執
 筆など、多岐に渡って活躍中。

第1回「リズム・トレーニング初級編」

リズムは音楽の要です。日本人は世界の国々に比べ、「リズム」が弱いと言われます。しかし、日本人が端的にリズム感が悪いというわけではありません。「気にしていない」だけなのです。日本人が音楽を聴く場合、「歌詞」や「メロディー」に重きが置かれます。また、音楽を演奏する時に気にかけるのは「感情」と「テクニック」です。さらに言えば、「ルックス」「パフォーマンス」「コーラスワーク」という部分をバンドをやる上でポイントとすることが多いようです。もちろんそれらも重要なファクターですが、ポピュラー・ミュージックにおいて、最も重要なのは「リズム」です。リズムがメンバー同士や観客との唯一の共通項となります。

個々の歌唱や楽器の上達、アンサンブルをまとめるためにも、まずはリズムがあって、初めて音楽であることを理解していただき、効果的な基礎練習でリズムを強化しましょう。

ほとんどの人が曖昧に使っている「リズム」という言葉の再定義

一口に「リズム」と言っても、日本人の悪いウセで、様々なことを一括りにしてしまっているので、ごちゃごちゃに使っている言葉を、まずは明分化してみましょう。整理すると、①テンポ ②リズム ③グルーブに分かれます。

メトロノームに合わせて演奏することやハシったり、モタったりすることに関するのは「テンポ」のことです。「リズム」とは、いろいろな音符や休符の長さをちゃんと保って演奏すること、フレーズが気持ち良くなるかにかかわること。「グルーブ」とは、演奏全体が作り出す1つの大きな「波」の総称で、ジャズの世界では「スウィング」と呼んでいます。アドバイスをする方も受ける方も、この違いを曖昧にしているため、真意が伝わらないことがよくあります。「リズムを良くしたい」と言う生徒に対して、「メトロノームの練習をしっかりとしなさい」と言うのは間違ったアドバイスで

す。しかも、生徒の方も、実は「メトロノームに合わせて演奏ができない」という、テンポキープに関する悩みの場合もあり、その時に先ほどの答えでは、何もアドバイスしていないのと同じことになってしまいます。また、そういったボタンの掛け違いの答えを聞いても、多くの日本人は「はい」としか言わないのが常です。

テンポ、リズム、グルーブだけでなく、「ノリ」という言葉もよく使います。グルーブと同じ意味で使われる場合もありますが、本来は「高揚している」「ヤル気になっている」「空気が読めている」というような意味です。また、「素早く行え」という意味で、「テンポ良く」という表現もします。本当に日本人はニュアンスで言葉を上手に使う、類希なる優れた民族だと思えます。まずは指導する側が言葉の意味をしっかりと使い分けることで、アドバイスが的確になります。

テンポキープを身に付けるための体を使った効果的な練習方法

テンポをキープさせるためにはメトロノームを

使うのが一番です。実際にバンドなどで演奏する時に、メトロノームを流しながら行うことも良い練習方法ですが、あまりやり過ぎると、堅苦しい、それこそ感情のこもらない演奏になりがちです。テンポ感は本来、個人のスキルとして上達させなければならないものなので、各々がしっかりとメトロノームで練習をして、合奏に臨む方が良いでしょう。

例えば、譜例1のようなフレーズを足などでテンポを取りながら手拍子します。手が痛くなるので、両手で腿を叩いたり、ドラムの練習台をスティックで叩いても構いません。これはリズムの練習ではないので、手拍子のフレーズが様々に変わっても、メトロノームとズレていないかを重視します。この練習を「チェンジアップ練習」と言います。手で叩くフレーズが変わっても、メトロノームが出すテンポをしっかりとキープする練習です。耳でメトロノームを聞きながら合わせ、次は何かと考えもするので、体を動かしながら頭を使うことも同時にできるようにする訓練でもあります。

この練習は徐々にメトロノームのテンポを上げていくのではなく、80、120、90、110、

▼譜例1 チェンジアップ練習の例



▼譜例2 ペア練習の例



75、60、100…など、速さをアットランダムに行くと、様々なテンポチェンジに素早く対応できるようになり、効果的です。また、譜例2のように2人ずつペアになったり、2つのグループに分かれて、別々のフレーズを叩くのも打楽器のアンサンブルのようになり、みんなで楽しくできると思います。

慣れてきたら、チェンジアップのフレーズの順番を入れ替えたり、足踏みを片足だけでなく左右交互にするとか、パラバラのようなツーステップや昔懐かしいボックスのステップにしたりすると難易度が上がります。

音符と休符の長さを理解することがリズム・キープ体得への第一関門

いくらメトロノームで練習をしても「テンポ感」は身に付きませんが、「リズム感」は養われません。ざっくり言うと、時間の区切りの点を一定に保つこと（メトロノームに合わせる）がテンポ・キープで、その時間の区切りの間を、様々な音符の長さで保つことがリズム・キープです。逆説的に言えば、良いリズムがキープされていれば、必然的にテンポは一定になります。テンポが揺れている演奏は「良いリズム」と感じないからです。

リズム・キープの練習は楽器を持ってコードや音程を決めて、同じテンポでいろいろな音符や休符の長さを演奏することが第一歩です。ボーカルは声で行い、ドラムは音の長さを調整できるハイハット・オープンで行いましょう。もちろんピアノなどを弾いても構いません。この練習で大事なことは「発音し始める場所」や「打点」ではなく、「音を切る場所」です。譜例3-1で言えば、ジャン、ジャン…ではなく、4分音符の長さをしっかりと保って、ジャン、

▼譜例3-1



▼譜例3-2



▼譜例3-3



▼譜例4



ジャン…と演奏しましょう。同時に休符の長さも意識すると、さらに良いでしょう。休符は「お休みの場所」ではなく、「音のない音符」です。4分休符の長さもしっかりと意識しましょう。

メトロノームを流しながら行うことは、テンポをキープしながらリズム練習ができるのでとても効果的ですが、メトロノームなしで行うと、合奏する意識や責任感が増して、さらに効果があります。ゆっくりなテンポだとかなり難しくなりますが、メトロノームに頼らずにキープすることを意識できるようになるはず。また、ギターチームだけ、ボーカルチームなどとパート別に行ったり、いくつかのチームに分かれて、別のパターンを同時に行ったりしても良いでしょう。

慣れてきたら、譜例4のように音符と休符をアットランダムに配置してフレーズにしたり、弾くコードを変えていっても良いでしょう。難易度は上がりますが、音楽的になっていくので、楽し

みながら練習ができると思います。繰り返しますが、大事なことは音符の長さと休符の長さを弾き分けて演奏することです。

リズムはコミュニケーション・ツール 楽しく練習を行いましょう

初歩のリズム・トレーニング（ここで言うリズムとは、テンポやグルーブも含みます）には、楽器や特に難しいフレーズなどは必要ありません。最近では小さな子供たちのコミュニケーション練習として、打楽器などを使ったリズム遊びが行われています。リズムは音楽やバンド演奏をする時の土台となるものです。ぜひ音楽の楽しさの中に「リズム」があることも生徒に教えてあげていただきたいと思います。

基礎練習とは、基本的に地味でつまらないものです。「大事だからちゃんとやれ！」で済めば良いのですが、なかなかそうもいきません。校風や気質にもよりますが、ストイックに行うだけでなく、どうすれば楽しく、みんなで基礎練習ができるのか、を考えてみる必要があるかもしれません。



みんなでできる基礎練習の方法

- 第1回 リズム・トレーニング初級編
- 第2回 リズム・トレーニング上級編
- 第3回 みんなでやる発声練習
- 第4回 スケール練習 ギター・ベース編
- 第5回 スケール練習 ボーカル編
- 第6回 キーボード基礎練習



辻 伸介
ドラマーとして、HR/HMから歌モノやPops、演歌まで叩きこなす幅広い音楽性で、ライブサポートやレコーディング、インストラクター、ディレクション、執筆など、多岐に渡って活躍中。

第2回 「リズム・トレーニング 上級編」

前回の記事では「我々、日本人は『リズム』という言葉を曖昧に使っている」「リズムという言葉には『テンポ』や『グルーヴ』という内容も含まれている」とお話ししました。テンポとリズムに関しては前号を参照していただくとして、今回は「グルーヴ」について解説します。

まず「グルーヴとは一体、何なのか」ということですが、ポピュラー・ミュージックを生んだアメリカの人たちが言い出したことなので、日本人にはなかなか理解しにくい概念です。特にリズムに疎い日本人には、かっこいい言葉の響きとメンタル的なイメージだけが先行してしまっているようです。よく「グルーヴ＝ノリ」と解釈されていますが、この2つは離して考えた方がよいと思います。

故・忌野清志郎が客席に向かって「ノッてるかーい！」と叫んでいたように、「音楽に身を任せて楽しむ」「音楽を聴いて体が動いてくる」感じが「ノッている」という状態であり、本来は「グルーヴ」とは似て非なるものと言えるでしょう。演奏者からすると、「グルーヴ」とは受動するものではなく、能動するものだと考えれば、わかりやすいかもしれません。音楽を演奏する際に、いかに楽曲を「グルーヴ」させ、その結果、聴く側を「ノせる」ことができるか、ということです。この感覚はクラシックにはありません。

欧米人や、もしかすると日本人以外のアジア人は音楽を演奏する際にグルーヴする感覚を最初から持っています。しかし、日本人にその感覚がないのではなく、音楽を演奏する際に必須なものとして捉えていないだけなのだと思います。日本人にとってのグルーヴ練習とは「覚える」ことではなく「発見していく」こと、あるいは「目覚めさせる」ことに近いのかもしれません。

とはいえ、日本人のDNAに組み込まれている「日本式の音楽の感じ方」から欧米のそれに変換するのは並大抵のことではありません。まずは「欧米式の音楽の感じ方」、すなわちロックの「ノリ方」を分析してみるところから「グルーヴ」

について考えてみましょう。

ウラがなければ、オモテはない アップしなければ、ダウンしない

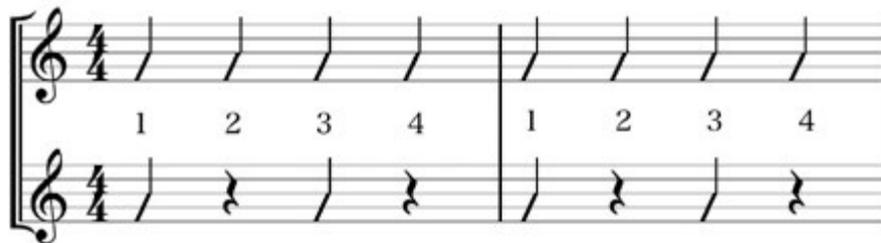
グルーヴ感を持って生まれたセンスや音感など、ポテンシャルによるものと思われがちですが、歌や楽器の技術、音楽知識と同じように「グルーヴする練習」を行えば、メキメキと良くなります。なぜなら、前述したように日本人はグルーヴができないのではなく、しようとしていないだけだからです。

日本と欧米では拍子の感覚が違います。4分の4拍子の楽曲で日本人が手拍子をする場合、ほとんど1拍目と3拍目に手を打ちます（譜例1）。しかし、これでは宴会でオジサンたちが歌いながら手拍子をしている時のように、少し「どっこいしょー」という野暮ったい感じになってしまい、ロックのグルーヴには合いません。ロックのグルーヴ・ポイントは2拍目と4拍目（ドラマーがスネアを叩く位置）にあり、これを「バ

ックビート」と呼びます。わかりやすく童謡で比べてみると、例えば、「さーいーたー、さーいーたー」と「チューリップ」を1拍目と3拍目で手拍子する時よりも2拍目と4拍目でした方が、なぜか体が勝手に動き出して、楽しくなってくると思います（譜例2）。

演奏する際に、この感覚を常に持つためにはメトロノームのテンポを半分にして、2拍目と4拍目に感じながら合わせる練習が効果的です。4分音符で出した時よりもバックビートを意識することができ、アンサンブルになった時でもスネアを感じながら演奏することができるようになります。特に効果があるのはドラマーとボーカリストです。テンポキープが苦手なドラマーには「スネア（バックビート）を気持ちの良いポイントで叩き続けられるように、意識して練習しよう」とアドバイスをしてください。ボーカリストにはバックビートで手拍子をしたり、腿を叩きながら歌うように練習させると、バンドの演奏にハマるようになっていきます。

▼譜例1 4分の4拍子の場合の日本人の手拍子



▼譜例2 「チューリップ」のメロディーとバックビートの手拍子（下段）



グルーヴするDNAを呼び起こす、バックビートの感覚

この3次元の世界には、必ず裏と表があります。裏があるから表があり、裏のない表はありません。人間も裏表のある人は裏の顔があるから、そう言われるのです。また、重力が支配するこの地球上で、上がらずに下がるものはありません。音楽も同様で、裏と表、アップとダウンがあって、初めてグルーヴが生まれます。コンピューター・サウンドが今なお機械的に感じるのは、この2つがないからです。人間にしか出せないもの、感じられないもの、それが「グルーヴ」なのです。

世界の国々と比べると、日本は「行進」が下手だと言われます。それは日本人が行進する際に、足を地面に付けたタイミングで「1、2」とカウントするのに対して、他国では足を上げた時にカウントするからです。他にも、例えば、腕立て伏せをする場合、日本人は上体を下げる際に数を数えますが、欧米では腕を伸ばして体を上げる際にカウントします。足を上げたタイミングでカウントする練習をするなど、まずは慣習の違いを変えてみて、「グルーヴ」というものを体感することが上達の近道です。

音楽上では、グルーヴのアップの位置のことを「裏拍」と呼びます。グルーヴはすべて裏拍＝アップから始まります。まずこれを理解して、演奏する際に意識することが大切です。譜例3のようにギャロップ（足を入れ替えないで行うスキップ）を前に出した足からではなく、後ろに構えた足からスタートさせます。すると、「ターンタ、ターンタ」ではなく「タタン、タタン」

▼譜例3 裏拍から押し出されるような感覚を掴むのがポイント



▼譜例4 裏から表、アップからダウンへの感覚を身に付けること。下段は裏拍のメトロノームの位置



と後ろから押される感じになると思います。あるいは、童心に戻って「アルプス一万尺」や「茶摘み」「おちゃらかほい」など、2人でペアになって手遊びをすることも効果的です。もちろん軽音楽部員なので、メトロノームを使ってテンポを崩さないように行いましょう。その際にメトロノームを裏の位置に出して、裏に来る言葉にアクセントを付けたり、4分音符で足踏みをしなから行くと、さらに効果的です（譜例4）。「スティックな練習にならない」と懸念されるかもしれませんが、グルーヴは音楽の中にあります。音楽と一緒にないと、グルーヴ感は養われません。馴染みのある童謡で楽しみながら練習することも、決して遠回りではないのです。

日本と外国の言葉や文化、音楽の成り立ちの違いを理解する

バックビートの項でお話したように、日本人は1拍目で音楽を感じます。これは日本語（特に標準語）のアクセントがほとんど最初の文字にあることからくる現象です。しかし、外国語は単語や文章のアクセントがあまりアタマに来ないので、弱起（1拍目より前からメロディーが始まること）が多くなります。音楽の構造的に1拍目はとても重要なので、疎かにしてはいけませんが、ロックという外来音楽を理解するには、まずバックビート、裏拍から表拍（アップからダウン）への流れ、弱起など、西洋音楽の成り立ちや言語文化を知ることが必要になります。

今回は、練習方法というよりも解説の方が多くなってしまいましたが、まずはメンタル的なことから理解しなければ、グルーヴは習得できません。しかし、最近の若者は産まれた時からロックや英語が周りにあり、今のJ-POPやJ-ROCKの1拍目にアクセントがない歌詞やメロディーに慣れていきます。もしかしたら、大人の方が難しいかもしれません。

みんなでできる基礎練習の方法

第1回 リズム・トレーニング初級編

第2回 リズム・トレーニング上級編

第3回 みんなでやる発声練習

第4回 スケール練習 ギター・ベース編

第5回 スケール練習 ボーカル編

第6回 キーボード基礎練習





伊丹谷良介
国内外でライブ活動を行う。著書「バンド・ボーカル読本」を発売し、近年はソロ活動やコラボ、はたけ（シャ乱Q）とのHATAKE BANDのリード・ボーカリストとしても活動中。
<http://www.itamiya.net>

第3回 「みんなでやる発声練習」

楽器の基礎練習と同様に、ボーカリストにも基礎練習が必要です。音程や感情表現などが上手に歌えているかどうかではなく、ボーカリストとして「声で奏でているか」という観点に立ってみると、体を使って音を出すボーカルも「楽器」なので、たとえ上手に「歌う」ことができても発声がしっかりとできていない状態では、ギターやドラムといった楽器を「鳴らせていない」と同じです。多くの人が「ボーカルは天性の才能によるもの」と勘違いしていることが多いようですが、実はボーカリストこそ基礎的な練習が必要なパートなのです。発声の基礎練習を行い、「楽器」として体を使えるようになっていきましょう。

まず発声の身体的なメカニズムを、呼吸をコントロールする「A エリア」、呼吸によって声帯を鳴らし、音域をコントロールする「B エリア」、声帯で発声された音の音色をコントロールする「C エリア」という3つのエリアに分けて考えます。少し専門的になってしまいましたが、その概念を理解していただいた上で、まずはA エリア、次にA エリアを元にB エリア、そして、最後にA、B エリアを元にC エリア、と順番に

ステップアップして練習してください。個々の改善点や今後の練習方法も見つけられるように、顧問の皆さんもぜひ取り組んでみていただきたいと思います。

呼吸をコントロールする 腹式呼吸の基礎練習

歌の呼吸で重要なのは「腹式呼吸」です。まずA エリアの腹式呼吸の基礎練習から始めましょう。A エリアでしっかりと腹式呼吸ができるようになるだけで、ビックリするほど音域が広がります。それだけではありません。声にアタックが出たり、音程の安定感も良くなり、声の表情と歌の存在感も出てきます。つまり、特にボーカリストにとって、この腹式呼吸の基礎練習が「声の要」となるわけです。

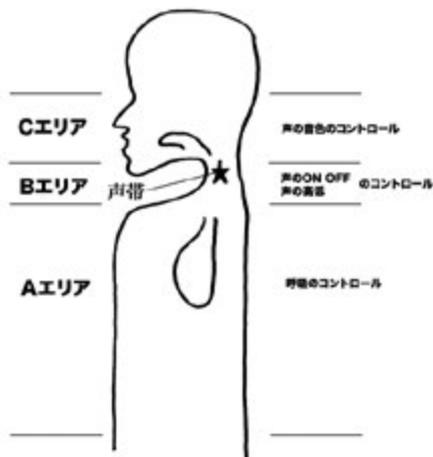
私たちが日常生活の中で行っている「胸式呼吸」では、空気を吸った時にお腹が凹み、空気を吐いた時にお腹が膨らみます。「腹式呼吸」はこの反対で、空気を吸った時にお腹が膨らんで、吐いた時にお腹が凹む呼吸法です。人間は眠っている時やあくびをする際、無意識に腹式呼吸をしています。無意識で行っていることを自分の意思でできるようにすることが目標です。腹

式呼吸ができるようになれば、ボーカリストにとって必要な背筋や腹筋などの筋肉が自然と鍛えられていきます。

1人で腹式呼吸のお腹の凹凸を確認するよりも、複数人でお互いをチェックし合いながら練習した方が効果的です。まずは全員で円座になり、お腹に手を当てます。リーダーが「はい、ゆっくり吸って～。はい、ゆっくり吐いて～」という感じで、腹式呼吸を最初は3秒ずつくらいかけて繰り返しましょう。

腹式呼吸がスムーズにできるようになったら、リズム練習も含めて、メトロノームや適当な楽曲に合わせて行います。「＝100～120くらいのテンポで「2小節吸って、2小節吐く」「1小節吸って、1小節吐く」「2拍吸って、2拍吐く」「1拍吸って、1拍吐く」「半拍吸って、半拍吐く」を2回しずつなど、連続して行うと良いでしょう（譜例1）。

楽器パートの人が基礎練習をするような感覚で、しっかりとリズムに合わせて呼吸することを心がけてください。リズムに呼吸が合い出すと楽器を演奏しているような感覚になり、地味な基礎練習も楽しくなってくると思います。



▲発声の3つのエリアのイメージ図



譜例1 腹式呼吸をリズムに合わせて行う

音域をコントロールする リップロールの基礎練習

次は声帯を鳴らし、音を出して音域をコントロールするBエリアのための「リップロール」の基礎練習と発声練習です。まずリップロールのやり方を説明します。肩の力を抜いて、腹式呼吸で肺に十分に息を吸い込んでお腹がぶっくりと膨らみ、息を吐く時にお腹が凹んでいく感覚で、鼻から空気を出さずに口から息を吐きます。その際、口蓋を開き、舌根を下げるのが重要です。息を吐く時に歯を噛み合わせ、口を完全に閉じた状態で唇を震わせながら「ブルルルー」と発声します。もし「ブ、ブッ、ブウー」という風に息と発声が乱れる場合は100%の腹式呼吸ができていないということです。5～10秒以上「ブルルルー」と自然に継続できれば、腹式呼吸で声帯の音が安定した筋肉の状態で鳴っているということになります。

はじめのうちは軽く口の周りを指で押さえてやってみるとコツが掴めると思います。リップロールに慣れるまでは多少の個人差はありますが、なかなかうまくリップロールができない人も地道に繰り返せば、必ず誰でもできるようになります。焦らず、根気強くトライしてください。

リップロールができるようになったら、リズムの中で練習すると、より効果的です(譜例2)。この基礎練習を習慣づけることで「呼吸のポンプ」と「声帯の鳴り」がリズムにきっちりと合うようになり、歌のリズム感も良くなっていくと思います。

腹式呼吸によるリップロールで音が鳴っている状態は、歌っている時に声が枯れにくくなる

▲譜例2 リップロールをリズムに合わせて行う。リップロールを発声に変えれば、Cエリアの練習になります

ことにもつながります。また、歌う前の喉のウォーミング・アップとしても有効で、リップロールでしっかりと喉を温めておくと声の持久力もアップします。

音色をコントロールする 喉の基礎練習

最後に、音色をコントロールするCエリアの基礎練習と発声練習です。人間は口を開けると、無意識に舌根が上がる(喉が閉まる)ようになっています。これは体内にバイ菌などが入らないようにするための本能的なものです。これを意識的にリップロールの状態から自然に発声できるように練習していきます。

複式呼吸でリップロールしながら口蓋を開いて、舌根を下げた状態を保ったまま音を止めずに口を開け、「アアアアア」と発声します。慣れていないと舌根が上がり、喉が閉じて細い音

になってしまうと思いますが、舌根を下けたまま力を抜いて、口だけを開けて発声することができれば、太くて芯のある声が出ます。焦らず、何度も繰り返してマスターしましょう。理論的に考えるよりも感覚的に自分の声を太くて、芯のある声に近づけていく意識を持つことが大切です。イメージとしては遠くの山に向かって「ヤッホー」と大きな声を出すような感じで発声すると、比較的簡単にできるようになると思います。

スムーズにできるようになったら、A、Bエリアもしっかりと意識しつつ、リズムに合わせて同じように発声練習をしましょう。先ほどの譜例2をリップロールから上記のCエリアを使った発声に変えて行ってください。やはりJ=100～120くらいの、ゆっくりなテンポから始めましょう。

発声の練習は楽器と違って目に見えないので、難しく感じる生徒もいると思います。しかし、「体の使い方を覚える」という意味では楽器の習得と同じです。まずはゆっくりと優しく、安心感を与えながら指導にあたってください。



みんなでできる基礎練習の方法

- 第1回 リズム・トレーニング初級編
- 第2回 リズム・トレーニング上級編
- 第3回 **みんなでやる発声練習**
- 第4回 スケール練習 ギター・ベース編
- 第5回 スケール練習 ボーカル編
- 第6回 キーボード基礎練習



岩尾 徹

アーティストのツアーサポートや、そのアルバムやゲームなどのサウンドトラックにギタリスト、アレンジャーとして参加、及び楽曲を提供。現在はインストラクターとして後進の育成にも携わっている。

第4回「スケール練習 ギター・ベース編」

～スケールを使ったメカニカル・トレーニング～

ギターやベースを弾く上で習得しなければならないことはたくさんあります。音楽理論などの知識はもちろんですが、一番大事なことは「弾くという動作」のシェイプアップです。無駄のないフィンガリングやスムーズなピッキング（ベースの指弾きの場合は弦へのタッチ）の練習をすることが上達への鍵となります。弾く動作をシェイプアップすることで様々なフレーズが弾けるようになり、正確なフィンガリングやピッキングによってサウンドも向上します。

今回はスケール（音階）を使ってのトレーニングを紹介するので、同時にスケールも覚えられ、音楽的にも楽しく練習することができると思います。音楽雑誌などに掲載されている「メカニカル・トレーニング」にはテクニカル系、特に速弾きの養成を目的としたものが多く見受けられますが、本来は右手と左手のバランスを良くすることを目的で行うものです。もちろんテンポを速くすれば、速弾きのエクササイズにもなりますが…。

メカニカル・トレーニングをする際に注意すべきポイント

トレーニングをする際の注意点は、まず両手の動作を意識的にコントロールできる状態のテンポで行うことです。練習では生徒が弾けると思っているテンポよりも遅く、余裕を持って弾けるテンポで行ってください。なお、ただエクササイズ・メニューをこなすだけではなく、弾いている中で以下の注意点がきちんとできているかを意識するようにアドバイスしてください。

左手の運指は始点とした指から必ずフレットに沿って、順次それぞれの指で押さえるようにしてください。例えば、人差し指で5フレットを押さえたら、7フレットは必ず薬指で押さえるようにします。手が大きい人でも中指で押さえてはいけません。他の弦に移動する際に始点

となる指がフレットを移動する場合などは特に注意しましょう。使いやすい指で押さえてしまわないようにします。また、基本的に弾いていない指も指板から離れないことが大切です。これは弾いていない弦を他の指でミュートして、関係のない音まで鳴ってしまわないようにするためです。さらに、指板を押さえている指は次の指が指板に着く前に離さないことも重要です。意識しすぎて、指が指板に残ってしまってもダメです。指が入れ替わる瞬間に、同時に指板から指を離すように心がけましょう。

右手の動きは規則性を保ちながらリズムの中でピッキングやフィンガリングをしなければなりません。ピックの場合もベースの2フィンガーの場合もオルタナイト（アップとダウンのピッキングや人差し指と中指のフィンガリングを規則的に交互に繰り返すこと）で行い、フレーズにリズムを伴った状態で弾くことが重要です。

ギターやベースを弾くということは単純に言えば、指板上の左手で押さえている弦を右手で弾（はじ）くだけのことなのですが、意外にこれが難しいものです。ゆっくりなテンポから以

上のような注意点を守って、地道に練習していきましょう。

クロマチック・スケールを使った半音進行エクササイズ

メカニカル・トレーニングの導入部としては「クロマチック・スケール（半音階）」が良いでしょう。実際はクロマチック・スケールを弾くわけではなく、半音でつながった音を弾いて、各指の動きの独立性のみを目指したエクササイズになります。個々で自分の音を聴ける環境があれば良いのですが、無理な場合はアンブにつながらずに生音で行ってください。

まず人差し指で6弦1フレットを弾き、それを始点に残りの3本の指を2、3、4フレットと半音ずつ弾いて、1弦まで上昇していきます。戻る時は最後に弾いた1弦4フレットの小指を5フレットにズラし、今度は小指を始点に下降ラインの半音進行で6弦まで戻ります（図1）。これを1フレットずつズラして、12フレットまで連続で繰り返します。



慣れてきたら、4本の指の弾く順番をバズルのように入れ替えて様々なパターンで弾くと、さらに効果的です。右手もオルタネイトのピッキングをアップから始めたり、ベースの2フィンガーを違う指から始めたりすると、右手の自由度を増す練習になると思います。

符割りは4分音符のメトロノームに対して、4分音符、8分音符、16分音符、3連符など、レベルに応じて複数行くと良いでしょう。応用編として、2拍ごとに4分音符→8分音符→16分音符→3連符という具合に符割りを変化させたりするとリズムに対しての柔軟性が養われます。

すべてに言えることですが、体のどこかで必ずリズムを取りながら弾くことが大事なポイントです。レベルによって、例えば、初心者は片足で、経験者は両足で交互になど、変化を付けても構いませんが、最終的には体全体でリズムを感じながら弾けることが目標です。リズムを取る足は弾くことに支障がない程度になるべく大きく取るようにしてください。リズムの取り方が小さいと、リズムのズレを自覚症状として感じにくくなります。初心者でテンポについていけない生徒がいたら、テンポを倍で取るなど、確実に出来るようにアレンジしてみてください。

楽器を弾かずに白地図を書いて まずスケールのポジションを覚える

「スケールを覚える」ということに限って言えば、いきなり楽器を使って練習するのはあまりオススメしません。譜面を見ながら運指練習を

していると、途中で譜面から目を離れた途端に、どこを弾いているのかわからなくなるからです。まず指板上のポジションを「形」として目で把握するという意味で、指板の白地図を作って、スケールの音の位置を記入しましょう。6弦と5弦（ベースは4弦と3弦）は音名で書き、とりあえず他は黒丸でもOKです。ルート（1度、スケールの出発点となる音）で使うことが多い低音弦の指板の音をこの機会に一緒に覚えてしましましょう。

Cメジャースケールを使った エクササイズ

半音進行での運指練習の次は、半音と全音で隣り合う部分を両方持つダイアトニック・スケールで行います。基本のスケールである「Cメジャースケール」は調号（＃やb）がないので指板の音を覚えやすく、完璧にマスターすれば、アベイラブルノート・スケール（コード上でメロディーに使うことが可能な音を音階として表したもの）をすべて網羅することができるので、最適です。

今回のメカニカル・トレーニングではスケールを覚えるというよりは、そのポジションを使って練習することがメインになるので、必ずしもルートから弾き始めるわけではありません。したがって聴感上、メジャースケールには聴こえないので、注意してください。白地図に書いたCメジャースケールを5つのブロック（図2～6、ベースの場合は3弦～6弦がベースの1弦～4弦に相当します）に分け、それを地図

に記入させてください。これを1つずつ練習していき、最終的にはブロックAから順次、続けて弾けることを目指します。ポイントは始める音をしっかりと確認してから弾くことです。各ブロックを覚えることでフレーズの幅が広がり、将来的には他のスケールにも対応できるようになります。このエクササイズはクロマチック・スケールの時よりも運指に規則性がないため、右手と左手の動きをしっかりと意識して行かないとバラバラになってしまうので、注意してください。レベルを見ながら、でき具合によってはテンポをクロマチック・スケールの時よりも遅くして、より確実にいきましょう。

メカニカル・トレーニングは「指板を指で押さえる」「弦を弾く」という単純なことがどれだけスムーズにできているか、がとても重要になります。これらのことは体に覚えさせる以外に方法がないので、毎日少しずつでも良いので、行ってください。はじめはなかなか思うように弾けないと思いますが、続けることが最も大切です。演奏する前に行うウォーミングアップにもなるので、腱鞘炎などの予防にもなります。

みんなでできる基礎練習の方法

- 第1回 リズム・トレーニング初級編
- 第2回 リズム・トレーニング上級編
- 第3回 みんなでやる発声練習
- 第4回 **スケール練習 ギター・ベース編**
- 第5回 スケール練習 ボーカル編
- 第6回 キーボード基礎練習

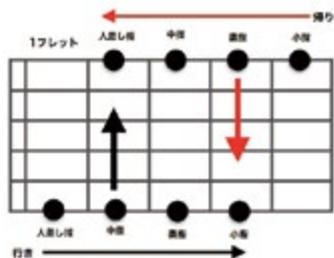


図1 ベースの場合は5フレットからでもOK

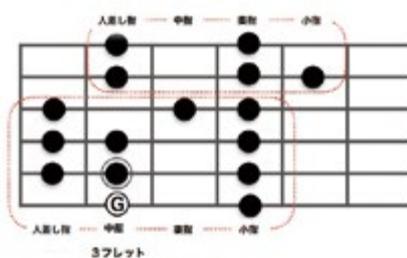


図2 Cメジャースケール ブロックA

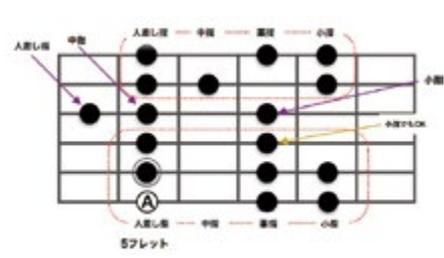


図3 Cメジャースケール ブロックB

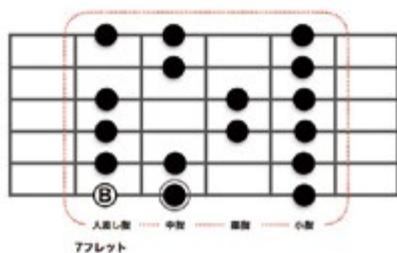


図4 Cメジャースケール ブロックC

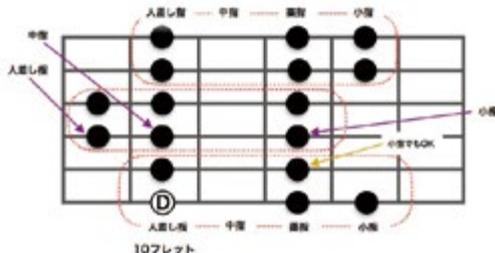


図5 Cメジャースケール ブロックD

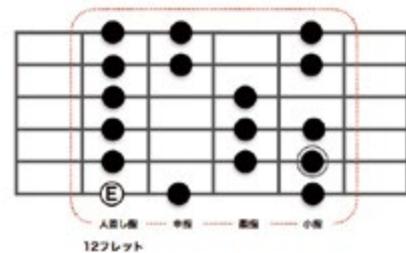


図6 Cメジャースケール ブロックE



伊丹谷良介

国内外でライブ活動を行う。著書「バンド・ボーカル読本」を発売し、近年はソロ活動やコラボ、はたけ(シャ乱Q)とのHATAKE BANDのリード・ボーカリストとしても活動中。
<http://www.itamiya.net>

第5回 「スケール練習・ボーカル編」

歌はただ何度も反復して歌っているだけでは上達しません。特にテクニカルな面では、歌の基礎的なスキルがないと様々に応用していくことは難しくなります。それは、野球で直球が投げられないと変化球が投げられないのと同じです。近年の中高生が好むロックやポップスの流行歌は、応用的な歌唱力が必要となる曲が多くなってきています。まずは、しっかりとした基礎を身につけましょう。

第3回では「発声の基礎練習」に関して記しましたが、今回はもう1つの基礎である「音程の練習」について記していきます。歌は、発声がしっかりできていたとしても、実際にメロディーを歌った時に音程がズレていては意味がありません。ギターやベースの場合は、メカニカルに指板の押さえる場所(キーボードは鍵盤の場所)を覚えれば、音程を外すことはありませんが、ボーカルは「声」で音程を操作しなければなりません。ボーカリストが最も音程の練習をしなければいけないパートだと言えます。

例えば、カラオケにガイドメロディーが入っていると、苦手なメロディーが少し歌いやすくなります。しかし、これはガイドメロディーを聴いて後から追いかけて歌っているだけなので、ちゃんとメロディーを歌えているとは言えませ

ん。本来は、伴奏を聴きながら自分自身の身体の中にメロディーの変化を感じ、タイミング良く音程をコントロールできることが理想です。歌のメロディーと伴奏とのハーモニーをしっかりと感じて歌えるようになれば、「音程がとれない」「高い音域から低い音域に一気に変わるメロディーを歌えない」「複雑なメロディーを歌えない」といったような悩みが解決します。まずは、簡単にシンプルな練習から行って、音程をコントロールするための基礎力を上げましょう。

メロディーは「スケール」からできている

基本的に、楽曲のメロディーは「スケール(音階)」から作られています。スケールとは、一定の法則に従って並べられた音の列のことで、一番シンプルで基礎的なスケールは「メジャースケール(長調)」です。「ドレミファソラシド」というスケールのことを、ポピュラー・ミュージックでは「ド(C)」から始まるスケールなので「Cメジャースケール(八長調)」と言います。この誰でも知っている基本的なスケールをきちんと発声することは意外と難しいものです。理由は8つの音の差が均等ではないからです。C

メジャースケールの場合、ミとファ、シとドは半音離れていて、他の音は全音(半音2つ分)離れています。この音の差がしっかりと身体に染み込んでいないと音程はとれません(譜例1)。さらには、「音の立ち上がり」や「音の切り替え」などをかなり正確に(ピアノの音のように)できないと、マイナースケール(短調)やキー(調)を変えた他のスケールに対応することは難しくなります。最初は1オクターブのシンプルなメジャースケールで、音程をしっかりと発声する練習をとことん行いましょう。

ちなみに、スケール練習の前には必ず発声練習を取り入れてください。しっかりとした腹式呼吸での正しい発声ができていると、スケール練習も意味がありません。

基本的な「スケール」の練習で「音程」の基礎力を高める

小さなシンセサイザーやスマートフォンのアプリなどでも構わないので、ピアノの音が鳴る物を用意してください。音程をしっかりと確認できるように、できればスピーカーなどにつないで生徒の皆さんの声よりも大きくピアノの音が出るようにしてください。

まずは、ピアノの「ド」の鍵盤を弾いて、その音に合わせて発声します。いきなり地声ではなく、発声練習の時と同じようにリップロール(第3回参照)で「1、腹式呼吸」「2、音程」「3、音の立ち上がり」「4、声の太さ」を確認しながら集中して行ってください。ドの次は、レ、そしてミ、ファ、ソ、ラ、シ、ドを1音ずつ同じように1、2、3、4を確認しながらリップロールで発声します。それぞれの音程が確認できたら、メトロノームに合わせて「ド→レ→ミ→ファ→ソ→ラ→シ→ド」と続けた上昇形と、「ド→シ→ラ→ソ→ファ→ミ→レ→ド」という下降形で、Cメジャースケールの音程の差を練習します。その後、リップロールではなく地声の発声と同じことを行ってください。



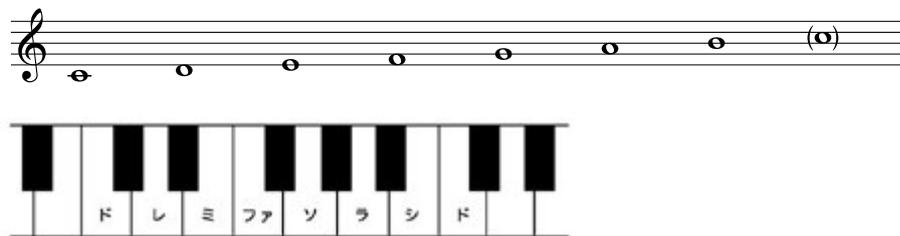
スケールには、大きく分けるとメジャースケールとマイナースケール（短調）があり、基本的に楽曲はこのどちらかを基準としてできています。メジャースケールと一緒にマイナースケールにも挑戦してみてください。例えば、Cマイナースケール（ハ短調）の音は「ド、レ、ミ♭、ファ、ソ、ラ♭、シ♭」になり、メジャースケールと比べると3、6、7番目の音が♭（半音下がる）していて、8つの音の幅が変わります。同じように1つ1つの音を確認しながら行ってください。

慣れてきたらスタートの音を変えて、レ（D）から始まるDメジャースケール「レ→ミ→ファ♯→ソ→ラ→シ→ド♯→レ」、ミから始まるEメジャースケール、その後はファ（F）、ソ（G）、ラ（A）、シ（B）の各メジャースケールとマイナースケール（それぞれ3、6、7番目の音を♭させます）を練習してみてください。男子と女子が混在している場合は、どちらかをオクターブ上（あるいは下）で行っても構いません。

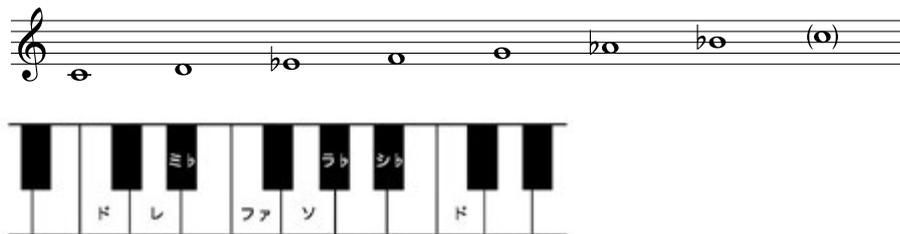
「スケール・シンギング」の練習で苦手な「音の差」を克服する

基本的なスケールの発声がしっかりとできたら、一歩進めた基礎練習として「スケール・シンギング」を行うとさらに効果的です。スケール・シンギングには「ステップワイズ」と「リーブ」があります。ステップワイズとは、ドとレ、レとミ、ミとファ…など、スケール上の隣にある音を交互に発声する練習法で、リーブは、ドとソ、レとラ、ミとシ…と、離れた音を交互に発声する練習法です。これらは、2つの音の差をきちんと発声できるようにする練習として効果があります。自然に発声できるようになるまでいろいろな音域で練習してください。スケール・シンギングを地道にやっていると、必ず苦手な音程やリーブが見つかります。苦手な音だけを重点的に練習することで、難しい音程を克服することができたり、自分の声や歌が最も上手に聴こえる、自分に合ったキーの曲や歌い方が見つかるようになります。少し苦手な音が出てきたら、先にリップロールで発声してから地声で行うと上達のスピードが速くなります。

大事なことは、なんとなくではなく集中して行うことです。スケール・シンギングを1人ずつレコーダーで録音して聴き返すなど、1つ1つ丁寧に行ってください。ギタリストのチューニングメーターやチューナーアプリを使った「音程を一致させる訓練」も、ゲーム感覚で楽しく行えると思います。



▲譜例1 Cメジャースケールの譜面とピアノの鍵盤の位置



▲譜例2 Cマイナースケールの譜面とピアノの鍵盤の位置

基礎的な「ハーモニー」の練習で「和音」の感覚を育てる

ボーカリストは人数が多いと思うので、和音で音程の練習をするのも良いでしょう。基本的な和音は3声の「トライアド」です。メジャーコード（Cメジャーならド、ミ、ソ）とマイナーコード（Cマイナーならド、ミ♭、ソ）で、和音感をつかむための練習をしましょう。例えば、Aさん、Bさん、Cさんの3人1組、もしくはAグループ、Bグループ、Cグループの3組に分けて、Aが「ド」、Bが「ミ（マイナーならミ♭）」、Cが「ソ」を発声します。自分が出ている音が他の人との3声の中で鳴っている意識が持てるようになるまで練習しましょう。曲の伴奏がメジャーで鳴っているのか、マイナーで鳴っているのが自然と聴き取れるようになり、伴奏のコード感を聴きながらメロディーを歌えるようになります。

「メロ譜書き」と「楽器」を普段から行うことで土台を作る

全体練習としてのエクササイズではないのですが、音程を安定させるためには「メロ譜を書く」と「楽器に触れる」ことが近道となります。これらは両方ともボーカリストが苦手とするところで、自分からは避けて通ることが多い部分です。

まず「メロ譜を書く」ことは、自分が発声する音が何の音なのか、前後の音とどのくらい差があるのかを把握することに効果があります。本来は、正式な譜面の書き方にしたがって音符の長さや休

符もキチンと五線紙に書いていく方が望ましいのですが、初めのうちは自分の歌いたい曲（今取り組んでいる曲）のメロディーの音程を五線紙に書き込んでいくだけでも構いません。

また、基本的にはボーカリストは楽器の演奏ができなくても良いのですが、メロディーの音程を知るためには楽器に触れることが一番です。ほとんど演奏できないレベルの、メジャースケールやマイナースケール、あるいはトライアドが弾けるだけでも十分です。楽器に触れて音程を探ることで、音を聴いて自分が発声するための相対音感も良くなり、最低限の音楽知識も身につきます。まったく楽器に触れたことのない生徒さんには、少し楽器に触れる機会を多くするように指導してあげてください。お勧めは、すべての楽器の基本であるピアノです。

ボーカリストは、なかなか自宅で練習ができないと思うので、「メロ譜書き」と「楽器に触れる」ことをさせていくことによって、音程をとる基礎的な土台ができていきます。そういった土台作りと共に、部活動で全体練習をすることで効果はさらに上がります。

みんなでできる基礎練習の方法

- 第1回 リズム・トレーニング初級編
- 第2回 リズム・トレーニング上級編
- 第3回 みんなでやる発声練習
- 第4回 スケール練習 ギター・ベース編
- 第5回 **スケール練習 ボーカル編**
- 第6回 キーボード基礎練習



竹中啓一

Queenのトリビュート・バンド「Queen」のkey。柳ジョージ最晩年の全国ツアーでパンマスを務める。現在放映中のNHKアニメ「おじゃる丸」のED曲「プリン賛歌」の作曲者。

第6回 「キーボード基礎練習」

軽音楽部でキーボードを担当する生徒の中には、小さい頃からピアノやエレクトーンを習っていた経験がある人が多いように思います。譜面の読み書きができて、鍵盤である程度音楽を奏でられる、発表会の舞台に立った経験もある…など、軽音楽部に入学して初めて楽器に触れる生徒に比べると大きなアドバンテージであり、キーボードは経験者と初心者の差が他のパートよりも大きいのではないかと思います。今回は、初心者向けのメニューを紹介しますが、ピアノ経験者にとっては小さな頃から行っていることでもあると思うので、そういった生徒は「指導役」にまわってください。他人にものを教えるということは、自分自身にとって勉強になります。

さて、今回は、主に鍵盤をスムーズに弾けるようになるための「運指」にスポットを当てたエクササイズ・メニューになります。音楽には、スケール（音階）にもコード（和音）にも「メジャー」と「マイナー」の2種類がありますが、キーボードの全体練習としては「メジャー系」のみを使って行えば十分だと思います。また、ポピュラー・ミュージックでは左手の活用頻度が比較的低いので、初心者が多い場合は右手だけでも構いません。

シャープ系メジャースケールの右手の運指練習

ピアノの練習においては、両手の指に親指から小指に向かって1、2、3、4、5と番号をつけていきます。キーボード担当の生徒への指導に役立つと思いますので、ピアノの経験のない先生も、この機会にぜひ覚えておいてください。

メジャースケールは「シャープ系」と「フラット系」に分かれます。譜面に表す時に、シャープを使うか、フラットを使うかというだけです。シャープ系のメジャースケールを右手で弾く場合は、1番目と4番目の音を「1の指（親指）」で弾きます。「Cメジャースケール（八長調）」

を例にすると、親指で弾く音はC（ド）とF（ファ）になります。その結果、3つと4つの「かたまり」として捉えることができ、「ドレミファソラシド」と上昇して弾く場合の運指は、親指から始まって「12312345」、「ドシラソファミレド」と下降する時は、小指から「54321321」となります。この規則性と「形」が理解できたら、Cメジャースケールを2オクターブで上下します。運指をスムーズに行うために少し指使いが変わるので注意してください（図1）。指を入れ替える場所と指の種類を意識して「3、4、3、4～」と頭の中で数えながら弾くとやりやすいと思います。

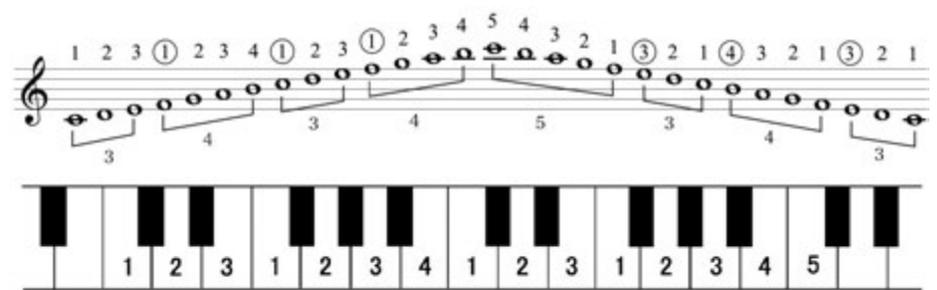
慣れてきたら、メトロノームを使ってリズムの中で行いましょう。最初は4分音符で、次に8分音符、16分音符と、だんだん細かくしていきます。音数が増える（細くなる）ことによって、音量がバラついたりリズムが崩れることがないように、テンポキープを正確に演奏する

ことを心がけてください。ポピュラー・ミュージックを演奏する上で、テンポキープは何よりも大事なことなので、指導のポイントにしてください。

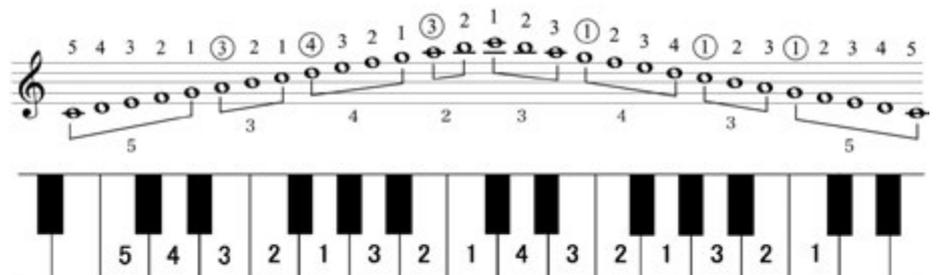
余裕があれば、他のメジャースケールでも行って欲しいのですが、Cメジャースケール以外はシャープが付いて黒鍵を弾く音があるので注意してください。

シャープ系メジャースケールの左手の運指練習

右手の次は「左手」です。左手の運指は右手と異なり、5の指（小指）から弾き始めることになります（図2）。右手の時と同じように、Cメジャースケールで指を入れ替える場所と指の種類を確認しながら弾いてみましょう。慣れてきたら、こちらも右手と同じようにメトロノームを使って2オクターブを上下する練習をしま



▲図1 Cメジャースケールの右手の運指（2オクターブ）。○で囲った数字は指の入れ替え場所



▲図2 Cメジャースケールの左手の運指（2オクターブ）。○で囲った数字は指の入れ替え場所



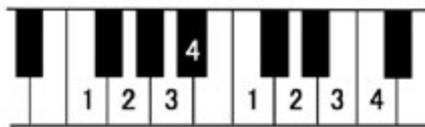
しょう。

右手と左手を別々にそれぞれ練習したら、両手同時に行います。ピアノ未経験者にとっては少し難しいかもしれませんが、キーボードを弾くための基礎的な運指なので頑張って地道に練習してください。

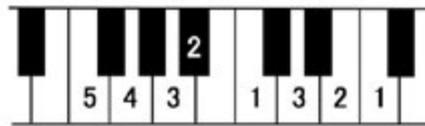
フラット系メジャースケールの運指練習

キーボードの全体練習としては、シャープ系メジャースケールだけでも十分ですが、応用編として「フラット系メジャースケール」の練習方法も説明しておきます。フラット系のメジャースケールを右手で弾く場合は、親指からスタートしないことが多くなります。しかし、規則性の1つとして、FとCに親指を置くことが基本です。Fの位置に親指を置くと、人差し指、中指、薬指が黒鍵を自然な形で弾くことができます。指を置く位置の確認ができれば、Fの音をスタートにして「Fメジャースケール」を弾いてみましょう。Fメジャースケールは、B（シ）の音がフラットするので、4の指（薬指）が黒鍵のB \flat を押さえることになります（図3）。2オクターブ弾く場合は、オクターブ上のFの音を1の指（親指）に変更します。シャープ系メジャースケールとは逆に、4つと3つのかたまりになっていることを意識しましょう。

次は「左手」です。左手の場合も同じようにFをスタートにして小指から弾いてください（図4）。今度は2の指（人差し指）でB \flat の音を弾くことになります。2オクターブの場合は、オクターブ下のFの音を1の指（親指）に変更します。スムーズにできるようになったら、メトロノームを使って両手同時に行ってみましょう。



▲図3 フラット系メジャースケールの右手の運指



▲図4 フラット系メジャースケールの左手の運指

コードのいろいろな押さえ方を習得する練習

ポピュラー・ミュージックは、「コードの音楽」と言われるほど「コード」に重要性があります。しかし、譜面に書かれたコードをどうやって押さえるのか、どのように演奏したら良いのか…ということに「これだ!」という正解はありません。しかも、楽曲のテンポやボーカルの声域、他の楽器との音域などを、演奏しながらリアルタイムに考えて演奏する必要があります。そういった意味では、ポピュラー・ミュージックには、譜面に書かれたことを再現する部類の音楽とは違った難しさがあり、1つのコードネームに対してどれだけ多くの押さえ方ができるかという

知識とセンスが大切になってきます。

その手助けとなりコード練習の基礎となるのが「転回形」です（譜例）。転回形とは、「基本形」の構成音のボイスイング（音の積み方）を変えていったものです。練習方法としては、最初に基本形の構成音を確認して弾き、そのあと続けて4つの転回形を順に押さえていきます。スケールの時と同じように、メトロノームを使ってリズムの中で練習するすると良いでしょう。メトロノームに合わせながら、迷うことなく転回形を順番に弾けるかがチェックポイントです。これを左手で行うこともさらに効果的ですが、初心者などで難しい場合は右手だけでも構いません。

コードの構成音を理解できているのであれば、他のメジャーコードでも同じように練習してみてください。基本形を押さえる鍵盤の位置を視覚的に把握できると、指の動きの迷いが軽減されるので、まずは基本形でしっかりと鍵盤の配色パターン（白鍵と黒鍵）を頭に入れましょう。この配色パターンを覚えておくと、マイナーコードもスムーズに押さえることができるようになります。

余裕があれば、黒鍵をルート音とする、主にフラット系のコードであるD \flat 、E \flat 、A \flat 、B \flat 、G \flat の各メジャーコードも、同じように形を分類して視覚的に把握しながら練習してみてください。また、鍵盤パートが何人かいる場合は、誰かがリーダーとなり、リーダーがコードの基本形を弾き、他の人がそのキーのスケールを1オクターブ（慣れてきたら数オクターブ）で往復して弾く、あるいは転回形を弾くといった、グループ練習も効果的だと思います。

みんなでできる基礎練習の方法

- 第1回 リズム・トレーニング初級編
- 第2回 リズム・トレーニング上級編
- 第3回 みんなでやる発声練習
- 第4回 スケール練習 ギター・ベース編
- 第5回 スケール練習 ボーカル編
- 第6回 キーボード基礎練習



▲譜例 Cメジャー・コードの基本形と転回形。ゆっくりなテンポから始めてください

© COPYRIGHT 高校生のための音楽ライツ入門

第1回 軽音楽部はクリエイター

軽音楽部の活動は好きなアーティストの楽曲をコピーして演奏したり、オリジナル曲を作ったりすることがメインです。何気なく、当然のように行っていることだと思いますが、気がつかないうちにアーティストの権利を侵していたり、自分の作品が危険な目にあっている可能性があるとしたら…。そうならないためにも、軽音楽部での「音楽の権利」について、部活動の一環として考えていきましょう。

「再現」と「創造」の違い

クラシック音楽は「再現の音楽」と言われています。楽器を演奏する人は、作曲家やコンダクター（指揮者）の指示通りに音楽を再現することが求められます。部活動でいうと、吹奏楽部やコーラス部はこのクラシック音楽のスタイルです。演奏したり歌っている楽曲は、ジャズのスタンダードだったり最近のヒット曲だったりしますが、プレーヤーが指揮者の指示や譜面通りに演奏するというスタイルは、まさにクラシック音楽の作り方と同じです。

軽音楽部は、その名の通りクラシック音楽とは別の「ポピュラー・ミュージック（軽音楽）」を土台にした部活動です。いろいろと違いはありますが、最も大きな違いは「部員が楽曲を作る」ということです。ポピュラー・ミュージックのプレーヤーは、作詞作曲することがごく当たり前のので、皆さんも軽音楽部に入部したりバンドを組んだ先には「いずれオリジナル曲を作る」と普通に想像していると思います。ここが他の音楽部と軽音楽部の違いです。学校によって例外はありますが、基本的に吹奏楽部やコーラス部の部員がオリジナル曲を作ることはあり

ません。

軽音楽部は、その活動自体がクリエイティブに溢れています。クラシック音楽が「再現の音楽」なのであれば、ポピュラー・ミュージックは「創造の音楽」なのです。

「創作物」が持つ権利

この世になかったものを新たに生み出すことは、とても素晴らしく凄いことです。1を2に膨らますことも大変ですが、0から1を生むことはそれよりも何十倍も特別なことです。軽音楽部の活動では、歌詞やメロディーを生み出すだけでなく、コード進行や各パートのフレーズ、いろいろなバンド・アレンジ、ステージでのパフォーマンスなどを自ら考えています。さらに、それを個人ではなく、バンドという単位のグループでコミュニケーションを取りながら行っていることは、他の部活動にはない、とっても凄いことなのです。

そんな軽音楽部には他の部活動にはない課題があります。それは「自分たちの作品は自分たちでしっかりと管理しなければならない」という点です。何かを創作した時に最も大事なことは「その作品はその人のオリジナルであり、他の誰のものでもない」ということです。「著作権」という言葉を聞いたことがあると思います。著作権なんてプロのアーティストの世界のこと

で、自分たちには関係のない話だと思っている人がほとんどだと思いますが、何かを創作したということにプロ



フェッショナルもアマチュアありません。皆さんがオリジナル曲を作った場合、その楽曲が作られた瞬間に、その作品は皆さんの著作物であり、皆さんが著作者となるのです。

創作物の権利を守ろう！

何だかおおげさな話になってきましたが、自分たちのオリジナル曲は自分たちでちゃんと管理していこうということです。皆さんにはオリジナル曲が自分のものだという「権利」がありますが、無防備にしすぎていると誰かに盗まれたり…なんてことにもなりかねません。高校生のうちからこれほどクリエイティブなことを行っている部活動は珍しいので、学校側ももっと皆さんの権利を護ることを考えなければいけません。その前にまず自分が生み出した作品は自分で護るという気持ちが必要です。

逆を言えば、皆さんが普段よく聴いているアーティストの楽曲も、当然誰かが創作したもので著作権があります。お互いにこの世に生み出した作品には敬意を表して、創作物の権利を守っていきましょう。

今回は、皆さんが作ったオリジナル曲の権利をどうしたら護れるか、というお話です。



高校生のための音楽ライツ入門

第2回 自分の作品は自分で守ろう！

軽音楽部の活動は好きなアーティストの楽曲をコピーして演奏したり、オリジナル曲を作ったりすることがメインです。何気なく、当然のように行っていることだと思いますが、気がつかないうちにアーティストの権利を侵していたり、自分の作品が危険な目にあっている可能性があるとしたら…。そうならないためにも、軽音楽部での「音楽の権利」について、部活動の一環として考えていきましょう。

何かを生み出すことはすごいこと

皆さんのクラスにマンガを描くのが得意な友達はいませんか？ 絵やイラストがうまく描けない人からすれば、それはもう神業のように感じられますが、マンガはただ絵がうまいだけで描けるものではありません。ストーリーやキャラクターを作ってセリフを考えたり、アイデアをより良く見せるためのテクニックや表現方法を身につける努力が必要です。

それはまさに、軽音楽部の活動でオリジナルの楽曲を作ることと同じです。試行錯誤しながら歌詞やメロディーを創作するということは、友達が描いたマンガと同じように、今までこの世になかった作品を新しく生み出すということであり、とてもすごいことなのです。

創作物は著作物

日本では、何かオリジナルなものを創作した場合、同時に「著作権」が自動的に発生します。「その作品はその人だけのものであり、他の誰の

ものでもない」という権利です。登録などの手続きは一切必要ありません。作品を創作すれば、子どもでも大人でも、プロでもアマチュアでも関係なく著作権は発生し、著作者の死後50年が経過するまで保護されます。

ポピュラー・ミュージックは、プレイヤーが作詞作曲をしたり、自分の気持ちや感情を表現することが当たり前の音楽なので、オリジナル曲を作るのが特別なことだと感じていない人がほとんどだと思います。だからこそ同時に「権利が侵される危険」に気づきづらく、例えば、自分の作品が無断で他人に使われてしまうという可能性も出てきてしまいます。

ニュースを見ていてもわかるように、残念ながら、この社会には良識ある大人ばかりではありません。他人が創作した漫画や音楽などを断りなく使ってお金儲けをしようと企んでいる人もいます。そういう人たちの言い分として「多くの人に見てもらえて、喜ばれるなら良いのでは」というものもありますが、勝手に作品が使われたつくり手からすれば、とても許せるものではありません。しかし、そんな人たちがいる限り、自衛の策を考えておくことも必要です。無防備すぎるのもそういった人たちを近づけてしまう原因になります。

皆さんが一生懸命に作った作品の権利や創作者としての権利が侵されて、勝手に他人のお金儲けの手段として使われてしまった…なんていうことにならないように、あとで自分が無防備だったからだと後悔しないように、まずはそれぞれが著作権への意識を高めていかなければなりません。また、それは軽音楽部全体で考えていく問題でも



あります。

部活動として対策を練ろう

録音&録画が簡単にできるようになった現代では、ライブの演奏を学校の資料用に撮影したり、保護者の方が記念に撮ってくれていることもあると思います。しかし、不特定多数の人が出入りできる会場の場合、誰が学校関係者で誰が保護者か区別はつきません。それぞれマンガの中の話のようですが、演奏されたオリジナル楽曲を聴いた人が勝手にCD化して発売してしまう…なんてことも絶対にないとは言いきれません。勝手にインターネットの動画サイトにアップロードされた映像を見て、という場合もあるでしょう。そうならないために、ライブを行う時は録音・撮影の係をきちんと決めたり、事前にお客さんに無断撮影は禁止だとインフォメーションするなどの対策を取りましょう。

学校によっては、イベントや文化祭などでオリジナル楽曲の音源をまとめたCDや歌詞カードを配布するケースもあるようですが、必ず「無断複製の禁止」などの注意書きを添えておきましょう。それだけでも意に沿わない使われ方をされないための防御になります。



高校生のための音楽ライツ入門

第3回 音楽は誰のもの？

軽音楽部の活動は好きなアーティストの楽曲をコピーして演奏したり、オリジナル曲を作ったりすることがメインです。何気なく、当然のように行っていることだと思いますが、気がつかないうちにアーティストの権利を侵していたり、自分の作品が危険な目にあっている可能性があるとしたら…。そうならないためにも、軽音楽部での「音楽の権利」について、部活動の一環として考えていきましょう。

音楽の一般大衆化の歴史

音楽は今や当たり前のように私たちの周りであって、日々の生活に潤いを与えてくれる大切な存在です。しかも、気軽に音楽を聴いたり、作ってしまう現代では、音楽は私たち一般大衆のものだと言うことができると思いますが、こんな風に私たちが音楽に親しめるのは、長い歴史から見れば、ごく最近のことなのです。

クラシック音楽は、キリスト教の繁栄とともにヨーロッパ中に広がって、15世紀に花開きました。しかし、楽器を購入したり、演奏することは今よりもはるかに特別なことだったと思います。当時、活版印刷が発明されたのですが、「楽譜」という唯一の記録媒体は王侯貴族が独占していて、音楽は貴族や上流階級のものでした。反面、王侯貴族らの独占が楽譜の勝手なコピーの防止になっていた、とも言えます。

19世紀になって、アメリカで新たな音楽である「ポピュラー・ミュージック」が芽吹いてくると、ニューヨークに楽譜出版会社が集まって一般大衆向けに楽譜を販売したり、ミュージック・ホールで音楽を聴かせるようになりました。



この頃には録音技術も成熟して、「レコード」という形で音楽が販売されたり、「ラジオ」が普及することにつれて、音楽はやっと私たち一般市民のものとなったのです。

しかし、誤解してはいけないのは、あくまでも「楽曲はその楽曲を作った人のもの」だということです。現代のように誰でも音楽が自由に聴ける時代になったとしても、「創作された作品はその作品を創作した人だけのもの」という原則は変わりません。音楽は皆のものですが、楽曲はその作者のものなのです。

音楽は「私」と「あなた」に

ポピュラー・ミュージックの原点でもある「ブルース」という音楽は、西洋の音楽理論や楽器の奏法にとらわれない、自分の言いたいことや感じたことを表現する音楽です。中でも「トラディショナル・ブルース」は、歌詞の主語が「私」であることが基本でした。クラシック音楽の様式にこだわらないブルースマンたちは、歌を歌うことも楽器を演奏することも自由に自分たちで行いました。オリジナル曲を作り、自ら歌い演奏することは、音楽が一般大衆化した最も大きな要因かもしれません。

また、「マイクロフォン」や「PAシステム」の発明によって、かつて歌はオペラ歌手のように大勢に向かって地声で朗々と歌うのが普通だったのが、目の前の人にささやくように歌っても聴こえるようになりました。そうした理由から、歌詞の対象が「皆



さん」から「あなた」になっていったのです。

「現代」が抱える問題

楽曲を創作するだけでなく、録音したりCDなどのパッケージにしたり、全世界に配信することも簡単にできるようになった現代では、昔にはなかった問題も生まれています。自作した楽曲が配信やストリーミングで気軽に多くの人々の目や耳に触れるのはとても嬉しいことですが、MP3などのデータファイルのやり取りが簡単にできるようになったことで、作者の許可なく勝手に使用されたり、違法にコピーされたりすることも増えています。これは音楽だけではなく、映画やドラマなどの映像、小説やマンガ、イラストのような著作物全般が抱える、現代の大きな問題です。

今や、パソコンやインターネットの普及によって音楽の大衆化が進んでいますが、進みすぎて「音楽は一体誰のものなのか」がわからなくなってしまっているような気がします。技術の進歩や時代の進化は素晴らしいことですが、作者の権利が侵害されやすくなっていることも事実です。音楽に携わることが多い軽音楽部の皆さんは、そういったことを理解した上でオリジナル曲の管理や、違法なコピーなどに注意しましょう。

高校生のための音楽ライツ入門

第4回 楽譜にもある音楽ライツ

軽音楽部の活動は好きなアーティストの楽曲をコピーして演奏したり、オリジナル曲を作ったりすることがメインです。何気なく、当然のように行っていることだと思いますが、気がつかないうちにアーティストの権利を侵していたり、自分の作品が危険な目にあっている可能性があるとしたら…。そうならないためにも、軽音楽部での「音楽の権利」について、部活動の一環として考えていきましょう。

「印刷」と「楽譜」の歴史

世界三大発明、あるいはルネサンスの三大発明と呼ばれるものの1つが「印刷」です。実際には中国で発明され、ヨーロッパに伝来して改良されました。東アジアでは、紀元前2世紀頃に中国で「紙」が発明され、7世紀頃には木版印刷が行なわれていたと言われています。そして、11世紀には陶器活字による印刷、13世紀には金属活字による印刷が朝鮮に登場しています。ヨーロッパでは、1450年頃にグーテンベルクによって金属活字を用いた活版技術が発明され、印刷は急速に広まっていきます。

印刷技術がなかった時代の複製は「写本」でした。人の手で書き写していたわけですから、印刷は大変な発明と言えます。ヨーロッパで印刷技術が広まっていった経緯には「聖書の普及」があるようですが、それまですべて手書きで複製をしていた宗教音楽の楽譜も、音符用の活字が作られて印刷されるようになります。そのおかげで楽譜の値段は下がり、発行部数も飛躍的に多くなったと言われています。空気の振動である音楽に形はありません。録音技術のなかった時代には、音楽を保存して伝えるための唯一

の手段が「楽譜」だったのです。時間が経って18世紀になると、音楽の大量消費が始まり、印刷楽譜の需要が増えました。一般民衆が自由に音楽を聴いたり演奏できるようになってきた時代です。フランスで市民の権利が叫ばれるようになると、「著作権の権利」も問われ、保証されるようになりました。

現代でも楽譜は印刷して販売されていますが、データという形でダウンロードすることもできるようになりました。中世ヨーロッパとは状況がまるで違いますが、現在でも当然ながら楽譜には著作権の権利があります。なぜなら、今も昔も楽譜には作者が創作した「作品」が書かれているのですから…。民主主義の世界に生きる私たちにとって、楽譜にある著作権の権利を守ることはとても大事なことなのです。

バンド・スコアの正しい使い方

技術の進歩にともなって、音楽がデータ化されるようになった現代でも、軽音楽を演奏する私たちにとって楽譜は未だに重要なアイテムです。市販のバンド・スコアやインターネットのサイトを見てフレーズをコピーすることも多いと思

いますが、すべてのパートが段譜になっている楽譜は、実はバンド練習に向いていません。楽器を演奏しながらページをめくることも大変だし、自分が今どこを読んでいたのかを見失ってしまいがちだからです。楽器やバンドの経験が増えて、耳でコピーできるようになってくると、バンド・スコアをど



んどん使わなくなっていくます。面白いことに、楽器や譜面に慣れていない初心者ほど、バンド・スコアを見ながら演奏してしまうのです。

バンド・スコア自体を否定しているのではありません。バンド・スコアは、みんなで合わせる前の段階の個人練習時に使うべきものです。バンドで練習をする時に、段譜になっている楽譜を見てはいけません。ないと不安だという人は、購入したバンド・スコアから自分のパートだけを抜き出して「パート譜」を作りましょう。自宅などでの個人練習で使うのであれば「私的複製」にあたり、著作権法上の問題は生じません。コピー機で複製したものを切り取って並べ替えても良いし、自分でノートに書いていくのも良いでしょう。本当は五線紙を使って、コード・ネームなどと一緒書き出していくのがベストなのですが、できる範囲から始めてみてください。

時代を逆戻りさせてはいけません

楽譜だけではありませんが、現代はインターネットの普及によって、様々なものを無料で見ることができてしまいます。しかし、著作権の権利を考えていなかった時代に逆戻りしてしまっただけではいけません。音楽は創作物であり、楽譜にも著作権の権利がある、ということをあらためて認識して音楽に親しみましょう。



著作権

高校生のための音楽ライツ入門

第5回 音楽における「お金」の話

軽音楽部の活動は好きなアーティストの楽曲をコピーして演奏したり、オリジナル曲を作ったりすることがメインです。何気なく、当然のように行っていることだと思いますが、気がつかないうちにアーティストの権利を侵していたり、自分の作品が危険な目にあっている可能性があるとしたら…。そうならないためにも、軽音楽部での「音楽の権利」について、部活動の一環として考えていきましょう。

すべての音楽は誰かの「作品」

世の中には音楽が溢れています。それは、スマートフォンの中やコンサート会場だけではなく、コンビニやスーパーをはじめとした様々な店舗や商店街、駅の構内、病院の待合室、レストラン…など、街のいたるところから音楽が聴こえてきます。また、ドラマや映画、アニメなどを思い出してみてください。主題歌だけではなく、悲しい場面には切ないメロディーが、戦闘シーンでは勇ましい音楽がその場を盛り上げています。バラエティー番組やテレビ・コマーシャルなどでも、よく聴けばいろいろな音楽が流れていることに気がつくでしょう。

音楽とは、いわゆる「楽曲」として販売されているものだけではなく、駅のホームの発車メロディー、コンビニの入店時に鳴るメロディーにいたるまで、それらはすべて「音楽」であり、誰かが作ったものです。あまりにも日常過ぎて考えたことがないかもしれませんが、スーパーに流れている音楽も、ニュース番組で流れる音楽なども、すべて「作品」です。アーティストの楽曲や主題歌として書き下ろされた楽曲は、著作者がいることをすぐに想像できると思いま

すが、前述した生活の場で流れる音楽も、当然誰か音楽家作った「著作物」なのです。「ミュージシャン」というと、メジャー・アーティストばかりを思い浮かべがちですが、知名度だけがクリエイターの物差しではないということです。

「印税」と「二次使用料」

皆さんの中には誤解している人がいるかもしれませんが、「著作権」というものは、人が何か作品を生み出した瞬間に発生するものです。作ったものに対する「権利」と言われると、なんとなく「特許」や「商標」などのように、どこかに登録をしないと権利が発生しないものというイメージがあるかもしれませんが、それは間違った認識です。例えば、プロ・ミュージシャンではない皆さんが作ったオリジナル楽曲も、新しく世の中に生まれた作品であり、作った時点で既に著作権は発生しています。

プロ・ミュージシャンは「仕事」として音楽を作ったり、演奏することによってお金を得ています。プロの料理人がお店のメニューとして食事を作って売っているのと同じです。プロ・ミュージシャンは、作品をCDやインターネッ

トでの配信などによって販売し、出荷数や販売数に応じて複製にかかる「著作物使用料」が支払われます。いわゆる「印税」と呼ばれるお金です。

他にも、録音された音楽がテレビやラジオなどで放送されたりすると「二次使用料」が発生します。同じように、皆さんが歌ったカラオケの楽曲にも、喫茶店でお茶を飲んでいる時に流れている音楽にも使用料が支払われています。お店が支払っているの、その感覚は薄いかもかもしれませんが、ミュージシャンが作った「著作物」を使用する場合には、使用の許諾を得ることと使用料の支払いは当然のことです。

下町の中小企業が技術力と努力を果らせて、大手メーカーに負けない国産ロケット用の部品を作り上げる…というテレビドラマを見た人もいないのではないでしょうか。この世に新しいものを生み出すということは、努力の末に作られる、とてもすごいことなのです。

インターネット時代の音楽

1980年代、CD（コンパクト・ディスク）の登場で音楽がデジタル化され、半永久的に再生可能で複製しても劣化しなくなりました。そして、現代ではCDというパッケージではなく、データとしてインターネットで1曲ずつ音楽を購入したり、ストリーミング配信で音楽を聴くようになってきています。欧米では既にストリーミング配信は一般的になってきているようですが、日本でもストリーミング配信がもっと広がれば、映画や漫画などと共に、音楽を「所有」しない時代がやってくるでしょう。

しかし、いかに音楽の聴き方が変わろうとも、その音楽は誰かが作ったもので、その作り手に著作権があることは変わりません。

※ JASRAC の管理楽曲の場合



▲音楽使用料の流れ。JASRACのホームページより転用

高校生のための音楽ライツ入門

第6回 音楽ライツの現在とこれから

軽音楽部の活動は好きなアーティストの楽曲をコピーして演奏したり、オリジナル曲を作ったりすることがメインです。何気なく、当然のように行っていることだと思いますが、気がつかないうちにアーティストの権利を侵していたり、自分の作品が危険な目にあっている可能性があるとしたら…。そうならないためにも、軽音楽部での「音楽の権利」について、部活動の一環として考えていきましょう。

文明の発達とメディアの変化

文明の発達は人類に何をもたらしたのか…。なんて、いきなり難しい話から入りましたが、そんなに難しいテーマではないので、軽い気持ちで読んでください。

有史以来、緩やかにカーブを描いて発展してきた我々人類の文明は、18世紀にイギリスで起きた産業革命以降、急速に発達しました。専門家によると、成長を表すグラフの線がほぼ垂直になってしまったくらいだそうです。簡単に言うと、この250年ほどで数千年分の発展をしているとのこと。ご存知のように、石炭や石油などの資源エネルギーの開発、電気の発明に始まるコンピューターやインターネットの発展などは世界を大きく変えました。

今年の5月には30年続いた「平成」が終わり、元号が新しくなります。10代の皆さんにとっては、30年前のことなんて信じられないくらいレトロな世界に感じられると思いますが、例えば、30年前はそれまでに発売されていた「レコード」がどんどん「CD」化されていた時代です。出かける時には数枚のCDと携帯用のCDプレイヤーを持ち運ぶ人も多く、もっとコンパクトに

したい人は「カセットテープ」や「MD」というメディアに自分で録音したりしていました。そうしなければ、外で音楽が聴けなかったのです。今のように音楽をダウンロードしたり、ストリーミングで聴くようになるなんて、当時は誰も思っていませんでした。スマートフォンはおろか、携帯電話ですら、ほとんどの人が持っていなかった時代ですからね。

著作権を守ることは文化の尺度

コンピューターやインターネットが世界中に広がることになったキッカケの1つは「データ化」です。コピー機やファックスが登場した時も世界に大きな変革をもたらしましたが、現代のように写真や書類をデータという媒体で保存して送受信ができるようになるなんて、30年前から考えると、まさに夢のようです。そうやって急速に発達している私たちの文明ですが、逆に言えば、今後どんな世界になっていくのか想像もつかず、恐ろしくもあります。

文明の発達は、言い換えれば「発明」「創作」「イノベーション」の積み重ねだとも言えます。数えきれない人たちの新たなアイデアと、それを

生み出す努力によって今の世界があるのです。その発想と努力に対して「権利がある」とみんなが思ったのも当然でしょう。著作権を守ることは、その国の文化の尺度だとも言われます。国内外問わず、アニメのキャラクターやバッグのデザインなどの違法コピーに関するニュースを聞いたこともある

でしょう。他にも、絵画の贋作や写真に写る人物の肖像権、特許に関することなどの世間を騒がす事件も未だになくなりません。

話を音楽に絞ると、楽曲を作った作曲者、歌詞を書いた作詞者、音楽としてまとめた制作者、音楽を世の中に出した出版者、演奏したプレイヤーなどには「この楽曲は自分のものである」という権利があります。しかし、音源も楽譜もデータ化によって複製が簡単に、劣化せずに行えるようになった現代では、まるで便利さと引き換えに、文明人としての民度を計られているような気がします。

軽音楽部だからこそ

創作と複製は軽音楽部の活動に必要な不可欠なことです。軽音楽部は既存の曲を演奏します。自分で購入した楽曲を聴かせたり、演奏することは問題ありませんが、例えば、メンバー間で音源や楽譜を無断に複製して配ってはいけません。もちろん権利者の許可なくお金を取って演奏することも、録音して誰かに売ることも違法です。学校という教育機関の中では許容されていることもありますが、誰かが作った作品には著作権者の許可や使用料の支払いが必要なのは当然です。オリジナル曲を作っている人であれば、自分の作った楽曲が無断で使われていたり、お金を取っているなんて聞いたら、どう思うかを考えてみれば、わかると思います。

「音楽ライツ（権利）」に関する法律は複雑で難しく、時には堅苦しく面倒臭いルールに感じるかもしれません。しかし、著作権は法律である前に、私たちの生活を豊かにしてくれる「文化の一端」であり、軽音楽部だからこそ大事なのだということを忘れないようにしましょう。未来の文明は皆さんが作っていくものなのでから。



「文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」と軽音楽部の接点

平成30年12月に文化庁によって策定された「文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」は同年3月にスポーツ庁より策定された「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」に準じています。これらは近年、部活動に関しての様々な問題に対して検討されたもので、本来、部活動は教育の一環であり、社会人としてのスキルを学ぶためのものだという考え方が根底にあります。軽音楽部には、文化庁のガイドラインとの接点を多く見るすることができます。その接点のいくつかを一覧にしてみました。

特定非営利活動法人 全国学校軽音楽部協会 副理事長 辻 伸介

文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン

1 適切な運営のための体制整備

(2) 指導・運営に係る体制の構築（抜粋）

イ 学校の設置者は、各学校の生徒や教師の数、部活動指導員の配置状況や校務分担の実態等を踏まえ、部活動指導員を積極的に任用し、学校に配置する。（中略）服務（校長の監督を受けることや生徒、保護者等の信頼を損ねるような行為の禁止等）を遵守すること等に関し、任用前及び任用後の定期において研修を行う。

ウ 校長は、文化部顧問の決定に当たっては、校務全体の効率的・効果的な実施に鑑み、教師の他の校務分掌や、部活動指導員の配置状況を勘案した上で行うなど、適切な校務分掌となるよう留意するとともに、学校全体としての適切な指導、運営及び管理に係る体制の構築を図る。

カ 都道府県、学校の設置者及び校長は、教師の文化部活動への関与について、「学校における働き方改革に関する緊急対策（平成29年12月26日文科科学大臣決定）」及び「学校における働き方改革に関する緊急対策の策定並びに学校における業務改善及び勤務時間管理等に係る取組の徹底について（平成30年2月9日付け29文科初第1437号）」を踏まえ、法令に則り、業務改善及び勤務時間管理等を行う。

教師の負担軽減と外部人材の参画

軽音楽部では、他の部活動のように「レギュラーと補欠」という図式ではなく、全員がそれぞれバンドというグループに所属して活動します。もちろん、各パートごとに別れて基礎練習などを行うこともありますが、先輩バンドが後輩バンドにアドバイスをする、異学年と一緒にバンドを組むなど、軽音楽部ならではの先輩後輩の良好な関係が生まれやすく、自然と異学年の交流が盛んになります。

また、基本的に生徒の自主性・主体性が不可欠な軽音楽部においては、今後、部活動指導員をはじめ外部人材の積極的な参画が進めば、さらに教師の負担軽減につながります。顧問の指導に頼りすぎず、生徒だけでも持続可能な運営体制が確立されます。

文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン

2 合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進のための取組

(1) 適切な指導の実施（抜粋）

イ 文化部活動の指導者は、（中略）過度の練習が生徒の心身に負担を与え、文化部活動以外の様々な活動に参加する機会を奪うこと等を正しく理解するとともに、生徒の芸術文化等の能力向上や、生涯を通じて芸術文化等に親しむ基礎を培うことができるよう、生徒とコミュニケーションを十分に図り、生徒がバーンアウトすることなく、技能等の向上や大会等での好成績などそれぞれの目標を達成できるよう、分野の特性等を踏まえた合理的でかつ効率的・効果的なトレーニングの積極的な導入等により、休養を適切に取りつつ、短時間で効果が得られる指導を行う。（後略）

4 生徒のニーズを踏まえた環境の整備

(1) 生徒のニーズを踏まえた文化部の設置（抜粋）

ア 校長は、学校や地域の実態に応じて、現在の文化部活動が、性別や障害の有無を問わず、生徒の多様な潜在的なニーズに必ずしも応えられていないことを踏まえ、技能等の向上や大会等での好成績以外にも、友達と楽しめる、適度な頻度で行える等、生徒が参加しやすいような多様なレベルや生徒の多様なニーズに応じた活動を行うことができる文化部を設置する。（後略）

合理的、かつ効率的・効果的な活動と生徒のニーズ

軽音楽部はバンドごとに活動するため、楽器の演奏技術向上や合奏することに重きをおきたい、ライブを行うことや大会に出場することを目標にしたい、オリジナル楽曲作成やレコーディングを行って音源制作に力を入れたい…といった、多様なニーズに応えることができます。やり方によっては、期間を設けて様々なことにチャレンジしたり、各々が自由に活動を広げることができ、部活動への過度な傾注やバーンアウトすることなく、軽音楽という文化芸術活動を続ける基礎を育みます。

また、軽音楽部に性別や障害による差別はなく、メンバー間に活動への温度差が生じたりした場合でも、チーム分けを変更すれば、部活動を継続させることも可能です。

文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン

4 生徒のニーズを踏まえた環境の整備（抜粋）

(1) 生徒のニーズを踏まえた文化部の設置

イ（前略）単一の学校では特定の分野の文化部活動を設けることができない場合には、生徒の部活動参加の機会が損なわれないよう、複数校の生徒が拠点校の部活動に参加する等、合同部活動等の取組を推進する。また、持続可能な活動を確保するため、長期的には従来の学校単位での活動から一定規模の地域単位での活動も視野に入れた体制の構築が求められる。（後略）

4 生徒のニーズを踏まえた環境の整備（抜粋）

(2) 地域との連携等

ア 都道府県、学校の設置者及び校長は、家庭の経済状況にかかわらず、生徒が芸術文化等の活動に親しむ機会を充実する観点から、（中略）地域の人々の協力や体育館や公民館、美術館・博物館などの社会教育施設、劇場、音楽堂等の文化施設の活用や芸術文化関係団体・社会教育関係団体等の各種団体との連携、保護者の理解と協力、民間事業者の活用等による、学校と地域が共に子供を育てるという視点に立った、学校と地域が協働・融合した形での地域における持続可能な芸術文化等の活動のための環境整備を進める。

合同部活動などの取り組みの推進

軽音楽部は活動の単位がバンドという小さなグループであるため、他の部活動よりも地域での合同部活動の展開も可能です。バンド同士の交流はもちろん、互いにメンバーを入れ替えてのセッションなども比較的容易です。それは、コンダクターの指示や譜面どおりに演奏を再現することが目的ではなく、生徒自らがコード・ネームを使用したり、創作力を持って演奏することが多い軽音楽部だからできることです。他パートへアイデアを出し合ったり、合奏の構築を普段から自主的に行っているからこそ可能なことだと言えます。

また、同じ理由から、地域のお祭りや老人ホームへの慰問、公共施設での演奏会など、地域との連携が比較的容易です。機材のセッティングや片付けは大変ですが、ほとんどを電子楽器で行う軽音楽部では、場所や状況に応じた音量で演奏することが可能です。電子ドラムを使用してほぼ無音でライブを行ったり、アコースティック・ギターやカホンを使用して楽曲をイベント用にアレンジすることもできます。自らの演奏を不特定多数の観客に聴いてもらえるように努力することは、音楽を通じた文化芸術活動として、とても意義のあることです。

文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン

本ガイドラインは、生徒の視点に立った、学校の文化部活動改革に向けた具体の取組について示すものである。中学生及び高校生の時期は、生徒自身の興味・関心に応じて、教育課程外の学校教育活動や地域の教育活動など、生徒による自主的・自発的な活動が多様化していく段階にある。少子化や核家族化が進む中において、学校外の様々な活動に参加することは、実生活や実社会の生きた文脈の中で様々な価値や自己の生き方について考えることができる貴重な経験となり、幅広い視野に立って自らのキャリア形成を考える機会となることも期待される。また、生徒が多様な学びや経験をする場や自らの興味・関心を深く追究する機会などの充実につながるものである。

文化庁ホームページから検索できます。
<https://www.bunka.go.jp/index.html>

文化部活動ガイドライン

検索



文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン



軽音楽部の大会における統一審査基準（案）

愛知県高等学校軽音楽大会、高等学校軽音楽コンテスト中部大会において実施中

1. 審査の方向と基本的な考え方について

- 軽音楽部の大会は部活動の延長線上にあるため、部活動として「本番までにメンバー全員で何を積み上げてきたか」「全員で良いステージを作れたか」を主な審査の対象とする。
- 個々のテクニックや才能よりもアンサンブルを重視し、全員で同じ目標に向かってきたかという「チームワーク」や「チームプレー」を審査する。
- 将来性、個別のアクシデントや諸事情などは考慮せず、当日のステージの完成度のみで審査する。個人の楽器トラブルなども場合によっては審査の対象とする。
- 軽音楽部はバンド演奏を通じて「コミュニケーション」を学ぶ場でもあるので、バンド形態での出場を原則とする。

2. 楽曲のカテゴリーについて

- 演奏する楽曲がオリジナル楽曲なのかコピー楽曲なのかは問わない。ただし、「クリエイティビティー」が特徴である軽音楽部の大会においては、オリジナル楽曲である方が望ましい。
- コピー楽曲の場合、審査員がその楽曲を既知かどうかで評価が変わる可能性があるため、原曲との違いで評価しない。
- カバー楽曲の場合、あくまでも「アレンジ」と捉えてオリジナル楽曲とは認めない。ただし、アレンジに対するオリジナリティーやクリエイティビティーは審査の対象とする。
- オリジナル楽曲の場合、審査員の好みによって評価が変わる可能性があるため、楽曲の良し悪しで評価しない。
※ケースによっては、楽曲の音楽性や良し悪しを通常審査とは別枠で「楽曲賞」を設けることで評価することもある。

3. 審査項目について①

合奏力

その楽曲を「演奏」するために必要なことを、メンバー全員でどれだけ突き詰めて練習してきたか。また、披露できていたかを審査する。単純に個々の技術の評価するわけではない。

① **テクニック** -----
メンバー全員がその楽曲を演奏するための技術をどれだけ習得していたか。

- 個人のハイレベルなテクニックは合奏にそぐわなければ評価しない。ただし、何もしないことが良いわけではない。
- コピー楽曲の場合、原曲に忠実かどうかよりも「良い合奏」を目指していたかを評価する。
- オリジナル楽曲の場合、個々のフレーズのアイデアやセンス、オリジナリティーなどはここでは評価しない。そのフレーズを表現するための演奏技術のみで評価する。
※部活動は単に技術の向上が目的ではなく、「技術は合奏のため」という意識を育てる。
※選曲やレベルに合ったアレンジなどをメンバーで協力して考える意識を育てる。

② **リズム理解** -----
メンバー全員がその楽曲を演奏するためのリズム（テンポ、グルーブなどを含む）をどれだけ理解していたか。また共有、及び披露できていたか。

- 全員がリズムの共有をしていたかを評価する。
- 楽曲に合ったテンポで演奏し、全員でテンポ・キープができていたかを評価する。
- 原曲に忠実かどうかよりも「良い合奏」を目指していたかを評価する。
※各々がテンポ・キープ、リズム・キープをする意識を育てる。
※音楽にはリズムが伴っていなければならないという意識を育てる。
※ポピュラー・ミュージックにとって大事な「グルーブ」への意識を育てる。

- ③ **セオリー** -----
メンバー全員がその楽曲を演奏するための音楽的知識をどれだけ習得していたか。また共有、及び演奏できていたか。
- 個々のフレージングにおいて、キー、構成、和音、コード進行などが理解できていたか。
- コピー楽曲の場合、原曲に忠実かどうかよりもハーモニーとして成立していたかどうかを評価する。原曲が音楽理論上、あるいは聴感上、音の重ね方などがおかしい場合であっても考慮しない。
- オリジナル楽曲の場合、コード・アレンジのアイデアやセンス、個々のフレージングなどのオリジナリティーはここでは評価しない。メンバー全員の和音への理解を評価する。
※各パートのフレーズが絡み合って音楽ができていくという意識を育てる。
※キー、スケール、コード、コード進行などの必要最低限な音楽的知識の必要性を育てる。

3. 審査項目について②

表現力

その楽曲を「表現」するために必要なことを、メンバー全員でどれだけ突き詰めて練習してきたか。また、披露できていたかを審査する。

①イメージ共有

メンバー全員がその楽曲の歌詞や世界観、感情、ダイナミクスをどれだけ理解し、また共有して、どれだけ独自性を出しながら演奏できていたか。また表情やステージングなどで演出し、表現できていたか。

- 例え、音楽理論上は奇抜なフレーズであっても、楽曲の表現として成り立っていれば評価する。
- 個性に関するオリジナリティーはオリジナル楽曲の場合もコピー楽曲の場合も、歌唱や演奏が音楽的かどうかを重視し、評価する。
- 派手に動きまわることや動かないステージングなどは楽曲にそぐわなければ評価しない。楽曲のイメージに合ったステージングやパフォーマンスができていたかを評価する。
- 客席に音楽や楽曲に含まれるメッセージなどを伝えようとしていたかを評価する。
- きちんと演出されていたかどうかではなく、メンバー全員が1つになってドラマを作ろうとしていたかを評価する。

※自己満足で終わらず、全員で人に何かを伝える演奏を目指す意識を育てる。

※人前で演奏するという事は楽曲を聴いてもらうためだけでなく、ステージを見てもらうことでもあるという意識を育てる。

②バランス

ステージ上でメンバー同士が連携を取りながら演奏できていたか。各パートの音量や音色、音の定位、音域などのバランスが取れていたか。

- 演奏中、お互いを意識して「合わせよう」としていたか。アイコンタクト、ミスやトラブルのフォローなども評価の対象とする。
- テーマ・メロディーやソロなどの音量や音色は適切で、押し引きができていたか。
- それぞれがその楽曲の合奏に合う音作りができていて、歌を含むすべてのパートがきちんと聴こえていたか。
- チューニングが合っていたか。
 - ※自分が全体の中の1人であり、アンサンブルの中でどう演奏すれば良いかという意識を育てる。
 - ※音楽は「音」として全員で奏でるものであるという意識を育てる。
 - ※楽器を「楽器」として扱い、本番に向けたメンテナンスや調整の必要性を理解させる。

4. 審査方法と賞について(例)

- 審査員3名(1名は審査員長)が上記の考え方にに基づき、総合的な審査を点数によって行い賞を決定する。同点だった場合は審査員、及びコメンテーターによって協議され、最終的に審査員長が判断する。
- 審査員は各バンド演奏終了後に講評し、アドバイスシートに全体的なアドバイスを記入する。コメンテーターは審査には関わらず、パートごとのアドバイスをシートに記入する。
- 審査の点数は開示し、アドバイスシートは各校へ渡すことによって今後への意欲につなげる。
- 出場するバンド数が多く、演奏楽曲にオリジナル楽曲とコピー楽曲が混在する場合の部門分けやオリジナル楽曲の優秀性を審査しての「楽曲賞」の授与、各パートごとの「個人賞」の授与など、ケースによってのアレンジは可能とする。

①各賞の例

グランプリ	1バンド
準グランプリ	1バンド
第3位	1バンド
奨励賞	3バンド
楽曲賞(オリジナル楽曲のみ)	1バンド
個人賞	各1名
ベスト・ボーカリスト	
ベスト・ギタリスト	
ベスト・ベーシスト	
ベスト・ドラマー	
ベスト・キーボーディスト	

ベスト・プレイヤー

(上記以外の楽器演奏などで優秀な生徒がいた場合)

②楽曲賞

オリジナル楽曲において、歌詞、メロディー、コード進行、バンドアレンジ、パートアレンジなどを含め、総合的に優れていたグループに贈られる賞。

- 作者個人ではなく、グループに贈るものとする。
- 個人、及びバンドの演奏力や表現力は審査の対象に含まない。

③個人賞

個人のテクニックや音楽的センスが優れていた生徒へ贈る賞。

- アンサンブルを無視した身勝手な演奏などは対象外とする。
- オリジナル楽曲やカバー楽曲の場合、個性やオリジナリティーも評価の対象とする。ただし、音楽的でない場合は評価の対象としない。

④その他、演奏中止、審査対象外、失格になる場合もある。

- 危険行為を行った場合。
- あきらかに演者の行動が起因となる遅延があった場合。
- 誹謗中傷や暴言など、部活動にそぐわないMCや発言があった場合。
- その他、大会規定のルールを守らなかった場合。



友だち募集!!

NPO法人
全国学校
軽音楽部
協会

① 軽音協の公式アカウント登場

配信内容について

- イベントやスタンプ・プレゼントのお知らせ
- 雑誌発行のお知らせ
- 軽音楽部に関連する情報

友だち登録方法

① QRコード

お手持ちのスマートフォンで、QRコード読み取り機能付きカメラアプリを立ち上げ、右記のQRコードを読み取ります。



② ID検索

LINEの【友だち追加】のID検索から右記のIDを検索。

LINE ID

@520rpyxv

② 楽器で気持ちを伝えるスタンプ

日常生活の中で気持ちを伝えるシーンの数々を滑らかに動くネコが表現するスタンプ。人気クリエイター「ベルだめぎ」とのコラボ企画。（販売元：株式会社ミュージックネットワーク）

動く



ベルだめぎ・プロフィール

東京都在住のイラストレーター。LINEスタンプクリエイター。動くLINEスタンプ「なめらかに動くネコ」がヒットし、累計200万個以上を売り上げる。1秒間に20枚の絵を描くことでLINEスタンプ界でNo.1のなめらかさを実現。キモカワイイ×LINE No.1のスムーズな動きが評価され人気クリエイターに。

2018 雑誌Seventeenで女子高生のお気に入りスタンプNo.1に選ばれる。
2019 雑誌JJで女子大生自慢のLINEスタンプNo.1に選ばれる。
2020 TBSひったんこカンカンにて木村拓哉さん、及川光博さんにスタンプを紹介される。
くまモン10周年記念「かモン! くまモン!」MV全てのイラストを担当。
テレビ東京きんだーてれび「うたキラ」のキャラクター、背景デザインを担当。

特定非営利活動法人 (NPO法人)

全国学校軽音楽部協会

部Tで結束しよう!

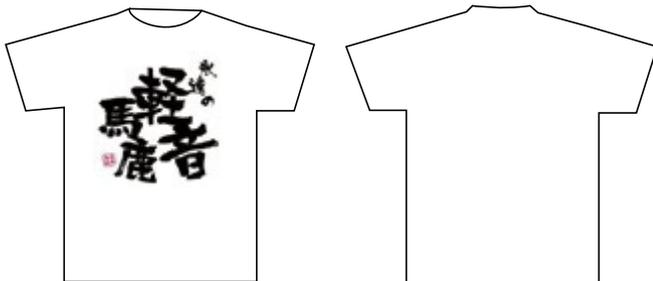
活動中に汚れても良いように、また動きやすさを追求して、運動部では競技に合ったユニフォームの着用が当たり前です。文化部ではあまり見かけませんが、お揃いのTシャツを着用することで「帰属意識」が高まり、今は部活動の時間だ!という時間の認識にもつながります。また、卒業後は青春時代の部活動の思い出として残ります。自由にデザインした、自分たちだけの部Tを作りませんか。



カラー：レッド	10枚	20枚	30枚
A 胸または背中1色	1,980円	1,450円	1,280円



カラー：ブルー	10枚	20枚	30枚
B 胸と背中各1色	3,170円	2,100円	1,740円



カラー：ホワイト	10枚	20枚	30枚
C 胸または背中2色	2,930円	1,900円	1,550円



カラー：ブラック	10枚	20枚	30枚
D 胸と背中各2色	5,290円	3,230円	2,530円



カラー：ブラック	10枚	20枚	30枚
E 胸または背中4色	3,050円	2,980円	2,980円



カラー：ブラック	10枚	20枚	30枚
F 胸と背中各4色	5,320円	5,170円	5,170円

●素材：United Athle 5.6oz Tシャツです●A～Dはシルク印刷、E～Fはインクジェットプリントです●料金は1枚あたりの価格(税抜)です●Tシャツのカラーで若干料金が変わります●袋詰め、送料は別料金です●デザインは30cm×30cm以内でお願いします●詳しくはお問い合わせください

特定非営利活動法人 (NPO法人)

全国学校軽音楽部協会

TEL : 045-913-0901
Email : info@keionkyo.org

事業収益は軽音楽部の支援活動に使わせていただきます

騒音問題はサイレントが解決します。

バンド練習も個人練習も、外に音を出さない。新しい時代の軽音楽部の練習環境と機材。

バンド練習



バンド練習をサイレントに…

電子ドラムとデジタル・ミキサーを組み合わせることで、音を外に出さずにバンド練習をすることができます。

- ①騒音問題を解決
- ②練習場所と時間の確保
- ③練習方法の改善
- ④録音・再生が簡単



ZOOM / L-12

ミキサーとレコーダー、オーディオ・インターフェイスの機能が1台に凝縮されたデジタル・ミキサー



Roland / TD-1DMK

音量の問題で周囲に迷惑をかけずに、本格的なサウンドで演奏ができる電子ドラム

リースお見積り例

ZOOM / L-12 + Roland / TD-1DMK
サイレント・スタジオ・システム セット A

軽音協ショップ価格 **161,000円** (税別)

月額リース料 (5年) **4,000円** (税別) より

※リースの適用下限額は200,000円 (税別) です

紹介映像



個人練習



個人練習もサイレントに…

マルチ・エフェクターを使うことで、ギターやベースは音を外に出さずに個人練習をすることができます。

- ①ヘッドホンで練習できる
- ②あると便利な練習機能を搭載
- ③アンプと組み合わせて使用
- ④コンパクトで持ち運びも楽々



ZOOM / G1 FOUR (ギター用)

Fender, Marshall, Orange などの13種類の定番アンプ・モデルと60種類のエフェクトを搭載。

軽音協ショップ価格 **7,380円** (税別)



ZOOM / B1 FOUR (ベース用)

Fender や Ampeg などの定番アンプ・モデル 9種類と、60種類のエフェクトを搭載。

軽音協ショップ価格 **7,380円** (税別)

紹介映像



軽音楽部の
楽器や機材は
軽音協に
ご相談ください。

www.keionkyo.shop

楽器や機材の導入は「リース」がオススメ!

軽音協 × シャープファイナンス

① 少ない資金で希望の楽器・機材を導入できる

② リース物件は動産総合保険に加入済み

●十分な予算がなくても、月々の支払いで無理なく導入できます。 ●楽器や機材の選定からメンテナンスまで、安心のサポート体制。(故障時の修理と代替機の保証も含まれます)

特定非営利活動法人 (NPO法人)

全国学校軽音楽部協会



※利益は軽音楽部の支援活動に還元しています

URL : www.keionkyo.org TEL : 045-913-0901 FAX : 045-913-1900

ボイストレーニングの初歩

声の通りが良くなる 口の開き方トレーニング

一生懸命歌っているのに、声の通りが悪いのはどうして？ バンドメンバーに「声量がないね」と言われて悔しい！ 「声は出ているけれど、歌詞が聞き取りづらい」と言われる…。そんなバンドボーカルならではの悩みを持っているキミへ。

*このトレーニングは手鏡を見ながら行うか、携帯のインカメラ機能を使って録画しながらやってみよう！



▲口は縦に指2本が入るように開けよう
*顎関節症の人は注意が必要



▲舌の根元で喉を塞いでみよう
*歌っている時、この状態は×。せっかく喉までできている声が舌にあたって（塞がれて）、聴こえなくなってしまうよ！



▲「あくび」をしている時の喉の状態だよ
*歌っている時、この状態になっていれば○。口の中に声を邪魔するものがないから、スムーズに声が出ていくよ！

母音の口の 開け方

「あ・い・う・え・お」。この5つの母音の形を覚えて、鏡を見ながらしっかりと確認してみよう！ 「ありがとう」という歌詞なら母音は「あいあおう」。この形に1音ずつ口がクリアに動くのが目標。両頬を引き上げて、上の歯・歯茎が見える状態で上あご側に声をあてると、声が明るく、通りが良くなるよ！ 自分にとって得意な母音、苦手な母音を探して、攻略しよう。



▲舌の先は下の歯の裏付け根につけて、「あくび」の喉で「あ」



▲「あ」の状態から自然に上あごを降ろしてきて、舌の両端を軽く噛んで「い」



▲「お」の口の中をキープしたまま、唇だけをさらにすぼめて「う」



▲「あ」の状態から舌の根元を上をスライドさせて「え」



▲「あ」の口の中をキープしたまま、唇の形をアルファベットの「O」の形にして「お」



軽音楽部の 楽器や機材は 軽音協に ご相談ください。

www.keionkyo.shop



※利益は軽音楽部の支援活動に還元しています

軽音協のオール電化計画

**バンド練習も個人練習も、外に音を出さない。
新しい時代の軽音楽部の練習環境と機材。**



校内外への騒音問題、練習時間の不足、練習内容の改善などを考慮すると、校内の部活動としての軽音楽部では、最新のデジタル楽器や機材を活用することで、多くの課題が解決すると思います。

サイレント・スタジオ

電子ドラムとデジタル・ミキサーを組み合わせることで、音を外に出さずにバンド練習をすることができます。詳しくは紹介動画をご覧ください。

お見
積り
例

ZOOM / L-12 + Roland / TD-1DMK サイレント・スタジオ・システム セット A

軽音協ショップ価格 **161,000** 円 (税別)

月額リース料 **4,000** 円 (税別) より

※リースの適用下限額は 200,000 円 (税別) です



紹介映像

個人練習もサイレント。マルチ・エフェクターで練習が変わる！



ZOOM / G1 FOUR (ギター用)

Fender、Marshall、Orange といったジャンルや年代を問わずにギタリストを魅了し続ける 13 種類のアンプ・モデルと、あらゆるジャンルに対応する 60 種類のエフェクトを搭載しています。

軽音協ショップ価格 **7,380** 円 (税別)



ZOOM / B1 FOUR (ベース用)

Fender や Ampeg などの定番アンプ・モデル 9 種類と、ベースの音作りに欠かせない 60 種類のエフェクトを搭載したベースリスト必見のマルチ・エフェクターです。

軽音協ショップ価格 **7,380** 円 (税別)

紹介映像



特定非営利活動法人 (NPO法人)

全国学校軽音楽部協会

URL : www.keionkyo.shop TEL : 045-913-0901 FAX : 045-913-1900



楽器や機材の導入は「リース」がオススメ！

軽音協 × シャープファイナンス

① 少ない資金で希望の
楽器・機材を導入できる

② リース物件は
動産総合保険に加入済み

●十分な予算がなくても、月々の支払いで無理なく導入できます。 ●楽器や機材の選定からメンテナンスまで、安心のサポート体制。(故障時の修理と代替機の保証も含まれます)

その他…何でもご相談ください。