

連載

# まゆみ先生の バンドの 悩み相談室

## ～指導者が元気 になる処方箋！

相談室長



緒形まゆみ  
(元・中学校教諭)

みなさん、こんにちは。寒くなりました。お忙しい毎日と思いますが、どうぞお身体にはくれぐれも気をつけてお過ごしください。今月は「指揮」についてのご相談です。私もみなさんと同じ「アマチュア指揮者」です。いつも自分の指揮には悩んでいます。一緒に考えてまいります。

### 相談ファイル 1

★新卒3年目、吹奏楽指導は2年目の音楽科教師です。大学ではピアノ科だったので、吹奏楽の指導は初めてで、迷いながらも頑張っています。今、一番の悩みは、指揮です。大学では一応指揮法の勉強しましたが、実際に指揮台に立つとなかなかうまくいきません。コンクールでも、審査員から講評で指摘されて悩んでいます。どんな勉強法がありますか。また、指揮をするうえで大切なこ

とも教えてください(中学音楽、女性、20代)。

### 相談ファイル 2

★教師としても、吹奏楽部顧問としても、中堅と呼ばれる年代になりました。吹奏楽では、いろいろな講習会に参加したり、先輩からの助言を受けながら現在では地域のまとめ役にもなっています。しかし最近では、日々の仕事や事務作業に追われ、自分の音楽に対する姿勢や指揮法に疑問や反省も残ります。一番気になる指揮法は、講習会、ビデオ、教本などで勉強しましたが、いまひとつしっくりきません。年齢的なことや立場的なこともあり、周囲からの指摘もされないことが不安です。こんな私に何かよいご助言をください。(高校数学、男性、40代)。

若い先生方の中には、大学で「指揮法」の講義があっても、それが実践ではなかなか使えないとおっしゃる方も多いと思います。ましてコンクールの審査講評で指摘されては、不安になってしまいますよね。指揮科の卒業生でもない限り、誰だつて最初からうまく振れる人なんていないと思います。先生のように向上心があれば大丈夫です。

中堅の先生方は、ご自分の学校内でも責任のある仕事を任せられ、さらには吹奏楽関係でも地区や連盟の仕事も任せられていらっしゃる方も多いと思います。そんなベテランの先生が、もう一度ご自身を振り返って勉強しなければと思つていらっしゃる……なんて立派なことでしょう。そういう謙虚でご自身に厳しい先生だからこそ、仕事も生徒もついでくるのですね、きっと。頭が下がります。こちらこそ、よろしくお願いいたします。

### ★プロの指揮者のことば

小澤征爾さんは、一度勉強した曲を五線紙に書き写し、そこから作曲者の意思を追求し、楽曲の理解を深めるそうです。「勉強してきていない指揮者ほど、使えないものはありません」とおっしゃっています。小林研一郎さんは、「プロとアマチュアの違いは、アインザッツの0.2秒にある」とおっしゃったそうです。ウィーン国立音楽大学で教鞭を取られ、多くの世界的な指揮者を世に出している湯浅勇治さんは、指揮者の資質を、①優れた演奏家であること。②何事にも興味を持つこと。③音楽の基礎技法が完璧に備わっていること。④人に好かれ、物怖じせず、統率力があること。⑤音楽的に運動神経がよいこと。⑥最低4〜5カ国語にたけていること。⑦勤勉で真面目なこと……と定義しているそうです。その上で、「1拍目さえ常にきちんと出ている、あとはどう振つてもいいんだよ」ともおっしゃっています。

私たちは指揮を仕事にしているプロではありません。スクールバンドの指揮をする教師です。当然、そこに違いはあります。しかし、プロの仕事から「学べる」こともたくさんあると思います。

### ★よいスクールバンド指導者の条件

その1、よき教師であること……私たちは、まず「教師」として日々最善を尽くします。教科指導、学級経営、生活指導、進路指導を通じて自分を磨き、子どもたちに愛情と厳しさ、優しさが持てる教師であることをいいます。

その2、よきトレーナーであること……楽器について、基礎的な奏法について最低の知識を持ち、バンドのサウンドトレーニングが確にできる「トレーナー」として技術を学び、積み重ねる努力ができることをいいます。

その3、よき指揮者であること……楽曲を理解し、的確な棒が振れ、子どもたちに合った方法でそれを伝え、指揮者としての勉強をし続けることをいいます。

以上のことは、私が駆け出しの頃、先輩の先生から言われた言葉です。どれか一つではなく、3つの条件を総合的に満たさなければならぬというわけです。

一見厳しい印象がありますが、落ち着いて考えれば「あたりまえ」のことであることに気がつきます。私たちは、演奏家を相手にしているのではなく、教育の現場で子どもたちを相手にしているからです。だからといって、全部を完璧にできる人はなかなかいないと思います。つまりこの仕事を続けている限りの、自分への一生の課題だと思つて努力しなければならぬことなのだと思えます。ここでは、「その3」にあたる指揮の勉強について、考えたいと思います。

## 案1 急がば回れ、地道な勉強 提その

指揮なんて、指揮棒を持ってテンポと拍子を出せば音は出てきます。だから、何となく曖昧になっている部分ってありませんか？

## ★一般的な指揮者としての 勉強手順

指揮棒を持って練習場に向かう前に、実はすべきことがたくさんあります。

**その1、作曲家と作品について調べる……**自分が取り上げる楽曲について、作品の背景や作曲家についての本を読んだり、辞典やネットで調べます。

**その2、楽譜を調べる……**その楽譜が作曲者の自筆なのか、複数の出版社から出ているものなのか、編曲ものならばどれがよいのか、いろいろと聴いたり調べたりします。実際に手にとって見ることはなかなか難しいのですが、スコアだけ知り合いに見せてもらったり、ネット上でレンタル譜のスコアだけ見ること可能です。編曲を依頼する場合は、完成後、オリジナルと照らし合わせて編曲者とやりとりすることもあります。※実際にはこの作業の後で子どもたちに楽譜を配ります。子どもたちはそれぞれの練習に入りますが、パート譜とスコアの記載の違いがあることもあります。それらは、スコアを基準に修正します。

**その3、スコア・リーディング……**まずはピアノで弾いてみて、実際に鳴る音を調べます。次に和音を調べて、ハーモニーや転調の確認をします。曲の構成もここで調べます。テンポの確認や、変拍子など拍子の確認もします。

**その4、スコアへの書き込み……**自分で調べたことを、自分なりの方法で、分かりやすく見やすくマーカーや赤鉛筆・黒鉛筆を使って、書き込みます。

**その5、音源を聴き比べる……**どの音源が自分のイメージに近いのか、また、お手本にしたのか聴き比べます。編曲もの場合はオリジナルを聴き比べます。DVDを見て、他の指揮者がどう振っているのか、表現しているのかも参考にします。

**その6、指揮の練習……**鏡に自分を映し、棒を持つのか、持たないのかも考えながら、自分で練習をします。声に出して歌いながらでもいいし、頭の中に演奏が鳴っているのもいいので、スコアを見ながらさまざまな記号をどう振り分けていくのかを何度も試します（どんどんやるうちに暗譜ができます）。ここで分からないことは、後で信頼できる誰かに遠慮なく聞きます（自分で抱え込まないで、人に聞ける勇氣も大切なことです）。

ひゃっつ!!……こんなにもやることがあるの!?と思うかも知れません。しかし、落ち着いて考えれば、これも「あたりまえ」のことで、実際に、先生方がなさっていることも多く含まれていると思います。「急がば回れ……」のことは通り、ここまでやれば、「どう振りたいか」は必然として表れてきます。ただ図形を描く、拍子やテンポを表すだけの指揮は、自分の中で違和感が出てきて、自然と消えると思います（うそじゃありません）。

## 案2 勇気を持って、 提その 経験を重ねる

そうはいつでも難しい……。〇〇指揮法などの本も読んだ。ハウツーDVDも見ている。指導者講習会の指揮法にも行ってみた。それでも自分の指揮はいまいちだ……と。確かに、車の運転でも、料理でも、本を読んだからといって、人がやっているのを見たからといって、できるものではありません。指揮も同じです。「自分が実際に経験を重ねる」しかないのだと思います。たくさん、経験して、失敗を重ねて、修正して、改善していくことが一番だと思います。例えば

## 案3 まねして、盗む 提その 指揮法を学ぶ方法

「左手」。「私、使えないんです」で終わってしまっていないか？ 使えなくても動かしてみることです。そこから何かが変わってきます。

**その1、プロから学ぶ……**指揮法とは、ただ単に棒の技術のことだけではありません。音楽を表現するための技術ですから、クラシックの世界のプロに学ぶことができれば、一番よいと思います。ただ残念ながら、今の日本にはプロによる「指揮法」の講座があまりにも少ないのが現状です。たまにあっても、聴講生としては受け入れられますが、レッスンを受けるには年齢制限がついていたり、指揮者を目指す人でないといけないなど、条件がついている場合が圧倒的に多いのです。しかしよく調べると、全国の音楽大学には生涯学習の場として、平日の夜や休日の短時間に3カ月くらいの短期間で、定期的にプロがレッスンをしてくれる教育プログラムもあります。また夏休みなどの期間に、特別講座が開かれるときもあります。今はネット上でもいろいろと調べられます。お試ください。

**その2、「この人だ」と思った人に学ぶ……**吹奏楽の世界にも、すばらしい表現と指揮をなさる人がいます。その人が同じ教師であれば、なおよいと思います。そういう人を見つけたら、その人と連絡をとって密着取材のように学ぶこともできます。合奏練習を見せたいだき、リハーサルを見学させていただいたりするうちに、音楽の考え方も学べます。時間の合間を見つけて、自分が実際にレッスンをしていたくこともできるとあります。また、自分の指揮にさまざまな「指摘」をしてくださる人も大切にしましょう。

**その3、思い切って海外に「飛ぶ」……**私も過去に4回「飛びました。現役の教師をなさっている方でも数年に1回程度、海外でレッスンを受けている人もいます。ヨーロッパやアメリカ

力では、指揮のレッスンを年齢制限はめったにありません。誰でも受けられ、広い視点で音楽を見つめ直すことができます。より深く突き詰めた方にはお勧めです。

**その4、「お気に入り」を見つける……**日本人に限らずに、世界の指揮者で、「お気に入り」を見つけることもよい方法だと思います。その指揮者から紡ぎ出される音楽が、気に入るという意味です。すると自然と棒もまねしたくなります。

プロの指揮者の世界では、成功している人でも40代・50代は若手といわれます。60代・70代で円熟期、マエストロと呼ばれます。80代・90代の超マエストロもいます。それは、その人の人生や生き様が、音楽に年輪として加わり輝きを増すからです。

私たちも、人として、教師として年輪を刻みながら、それが音楽に、指揮に反映されるような……そんな生き方をしたいものです。一緒に頑張ってください。

## 今月のひとりごと

夜中に鏡に向かう……  
スコアとにらめっこ……  
疲れてしんどい。眠りたい。  
「最善以上は尽くせない」  
自分が子どもたちについている、このことは。  
子どもたちも、きつと努力している。  
だったら、自分はどうなのか？  
そう言い聞かせて、もうちょっと頑張る。  
学生時代、「指揮者」になりたかった。  
今、指揮者もできる「先生」になれてよかった。  
それもこれも……  
たくさんの人からいただいた「おかげさま」。