



Subaru

男声合唱団

ニュース776 '22.4.8

3月27日/4月1日

# 「13 コンサート」まであと 5 回のレッスン！ 心のこもった「昴」の美しい音声でハモった合唱を！ 「スーウのモンゴル楽団」と音合わせ！



□2022年4月1日(金)18:00~20:30 ねむかホールにて、「昴定例レッスン」が開催されました。

13回コンサートまであと6回のレッスンとなり、奥村さんの体操、千秋さんのヴォイストレーニングのあと、本並先生の指揮で、「日々草」「春のメドレー」「白樺」「母なるヴォルガを下りて」と、「キエフの鳥の歌」をレッスン。

休憩と通風の時間後、伊藤副指揮者の指揮で、「U Boj!」「朝露」に取り組みました。どう「U Boj!」に取り込むか！20日レッスンの嶋本先生に受けたアドバイスを、真剣な音合わせがなお必要な曲目です。

また、ゲスト出演の「スーウの白い馬 モンゴル楽団」のフルメンバーの方々が、19:30からの後半の1時間、「歓びのナーダム」での音合わせに、参加いただきました。13回コンサートでは第2部で、スーウの演奏があり、「歓びのナーダム」で共演することで、華やかで明るい「ナーダムの祭り」に昴の“若々しい”男たちの歓びの合唱が響きます！曲目「昴」の合同演奏も行い、また「黒幕日(ヒムリー)」を挨拶を兼ねて演奏いただきました。

本日の参加者は、全参加者：34名、内 団員27名 (T1: 8名、T2: 5名、BR: 8名、BS: 6名)  
スーウの皆さん4名、ピアノ伴奏は 門万沙子さん 森二三さんでした。

No.776(1/5)

□ 3月27日(日)14:00~17:00 ねむかホールにて、「特別強化レッスン」が開催されました。奥村さんの体操・中村先生のヴォイストレーニングのあと、13回コンサートの司会(中村聖保先生)のもと、原稿読みを挟みながら第1部・第3部の全曲を通して合唱しました。当日の参加者は、全参加者：27名、内 団員24名 (T1: 8名、T2: 5名、BR: 7名、BS: 4名) ピアノ伴奏は森二三さんでした。

伊藤副指揮者から、団員のみなさまへ、「昴 第13回コンサート 成功に向けて」のメッセージがありました。

2022年3月30日 伊藤より  
昴 第13回コンサート 成功に向けて

演奏会に向けての全体練習は、4/1 レッスンを除けば、10・15・17・21日のアト4回。自宅練習にも力を抜かず、各自、最後の追い込み練習を重ね、演奏力量を飛躍させましょう。より良い演奏になるよう、今一度しっかりと確認し合いたいことを書いてみました。

#### 1、意識・責任

フレーズのおしまい（楽譜の音符長さ指示通りに）まで、安定して息を流し（出し）続け、響かせること。途中で意識を抜かないで最後まで責任を持つ。このとき身体をふらふらさせない。

#### 2、発語

言葉の頭（単語の最初）の子音発語、あやふやにしないこと。

日本語子音の発語を理論通りに。舌・喉・唇など、子音発声部署をていねいに動かす。子音の発語訓練を思い出す。各自でやってみる。1人練習での歌唱時、発語訓練を活かす。

#### 3、息

歌うときは、身体の胸から下方の下半身筋肉の連係プレーで、息を押し出し続ける。

身体は楽器。「腹式呼吸」「アップポッジョ」いろいろな言葉で説明されますが、要は身体に楽をさせないこと。安定した歌唱を持続させるための身体の使い方を工夫しこれに習熟すること。

息を出す方向は、後頭部方向へ押し上げる事を意識しつつ、前方遠くへ飛ばす意識をもつ。

#### 4、脱力

肩から上（特に頸・あご・舌）には余分な力を入れない。

喉は、あくびするときのように喉奥をできるだけ高く広げる。そのためには、首・口周り・頬・鼻奥にある筋肉群の連係プレーを意識する。子音発語時も喉は高く拡がっている。

#### 5、響き

声を響かせる位置は、上あごより上で響かせることを常に意識する。

頭蓋骨の中にある空間（鼻腔などの空洞）や骨全体に響かせる。出したい音程により響く位置は少しずつ変わるでしょう。高音程では頭頂部を含む頭蓋骨全体が響く感じになります。

よほど低い音は胸声主体となり、身体の骨全体を通して舞台床へ響きを伝えるとも言われるが、そのような音程を出す場合でも、できるだけ上あごより上、鼻周辺の響きを加えるように意識したい。

アカペラ曲の【U Boj !】を歌うときは、さらに次の諸点を意識してください。

- ◇ 体をしっかり使って自分の声を出す。同時にまわりの声をよく聴き、聴いて合わせる意識。
  - ◇ ハモリには、鼻から上（上あごから上）の響く声を意識して出す。響きの質と確かな音高さの両方、そして、それを保持し続けることが必要。
  - ◇ 大きな声ではなく響く声で。倍音を多く含む声より透明な声が良い。声を混じり合わせる。
  - ◇ 元歌は斗いを鼓舞する歌だが、どなっているように聞こえる声はいらない。きれいな高く響く声で歌う。

【朝露】【ゆらゆら春】【死んだ男の残したものは】について

- ◇ 今一度、これらの曲の成り立ちに思いを致し、気持ちのこもった声を出したい。
  - ◇ 曲の流れの中で、それぞれの歌詞内容にふさわしい自然な強弱変化が表現されるように。
  - ◇ 何を歌っているのか、ことばの意味をかみしめながら、心を込める。

## ○連絡・報告事項

## (1) レッスン日について

13回コンサートまで、あと5回のレッスン。

4月10日(日) 14:00~ 特別強化レッスン(嶋本先生を迎えて)

4月10日(日) 10:00~12:00 朝レッスン行います。

4月15日(金) 18:00~ 定例レッスン

4月17日(日) 14:00~ 定例レッスン

4月21日(木) 18:00~直前特別レッスン(リハーサルを兼ねて)

4月23日(土)13回コンサート木暮

□ レッスン一冊メモ（「U Boj!」：2022.3.20 嶋本先生レクチャー）

33 頁 (1 頁目)

①アカペラは、「丁寧に、丁寧に、言葉と和音を運んでいってほしい。どんな和音が流れているか？ わかって、音を合わしに行くようにしないと合わない。しっかり耳使って、音をみんなで合 わす。どのパートも上手に歌ってほしい。」

練習方法として、まず「ゆっくりしたテンポでなめらかに合わして歌う。」

次に「音が合えば、本番でも最初から合わす！」

②「U Boj!」まず1項目は完全に「ハモル」こと！合わすこと！テンポ、音の長さ、音程、息づかい、8文音符の長さ、8分休符のあり方等

③ 同じ音が続くパート：和音が変わると、「機能？」も違う。同じ音でも自分の「居場所」を確認せよ。しっかりと音程正しく！和音確認し合うこと。

6 小節：「グラードナーシュベチゴーリ」「シージェドナスペチジャル」：p.p.で、

10小節：「リークニーホヴオオーリ」「ザームノムブラーター」：f fで、バスは高い音。正しく「ぶつけてほしい」正しくぶつける。

#### ④低音部

14 小節～

「ヴィ」

27 小節～

BR：「ナシェグロメ ナシェトリエセ ネカオレ・・」音程変わる！音程正しく合わせる！

「ナシェトリエセ」：下がり過ぎ！

休符のところは、音を出さないだけ、切れているだけの気持ちで、息を抜かないで。

□ レッスン一冊メモ（「母なるヴォルガを下りて」：2022.3.20 嶋本先生レクチャー）

①出だし「はーはなあるかーーわ」はpで入ってほしい。最初大きく出ると台無しになる。ずうつと大きいのはしんどい！十分聞こえるから。丁寧に。

②6～9小節：「ヴォルガ ゆたかな」の「ガ」と「ゆ」の間あける。

「なあがれー」：スラーに、マルカートにならない。

□ レッスン一冊メモ（「死んだ男の残したものは」）昂ニュース 507号（15年6月8日号）  
より

①まず一番肝心な注意点。：この歌は6番ある。それぞれのセリフの中の“大事な言葉(キーワード)”が全然聞こえない！半分の人があいまいな言葉で歌っている。のんべんだらりとした、だらしのない言葉は駄目！言葉がぼやけてしまう！大きい・小さい音量の問題ではなく、それぞれのキーワードをはっきりと出せ！

1番「死んだ男の残したもの：一人の妻と一人の子供」 ほかにはなにも残さなかった  
「墓石ひとつ のこさなかった」

2番「死んだ女の」：しおれた花と一人の子供」「着物一枚」

3番「死んだ子供の」：ねじれた足と乾いた涙」「おもいでひとつ」

4番「死んだ兵士の」：壊れた銃とゆがんだ地球」ほかにはなにも残せなかつた「平和ひとつ  
のこせなかつた」

5番「死んだ彼らの」：生きてる私 生きてるあなた」「ほかには誰も残っていない ほか  
には誰も残っていない」

6番「死んだ歴史の」：輝く今日とまた来るあした」「ほかにはなにも残っていない ほか  
にはなにも残っていない 残っていない・・・」

②「おとこ」「おんな」「こども」をひびかせて！

③「はかいし」の「は」：しっかり出して、聞こえない！しっかり響かせて！「はかいし」をしゃくりあげないで！「ひとつ」の「と」、「のこさなかつた」の「さ」はひろげない！「の」は高めで！

④死んだ兵士：「しんだ」の「だ」きつすぎる、「なにものこせなかた」の「のこ」の発声：のど詰めるな！そんなに高い音でない！良く準備して！

⑤死んだ彼ら：この5番はfで、「ほかには誰も残っていない ほかには誰も残っていない」：2回目の「ほかには誰も残っていない」まで音量減らすな！最後の「いない—」までしっかり歌いきる！

⑥死んだ歴史：pで歌うところ、pでしっかり腹で支えて、息を流し続けて！響くpで！

ひとつひとつのことばをpで歌うからこそ上品に、美しい出し方で、大事に扱ってほしい。ぞんざいに歌わない。

⑦転調：正しく合わせる！ 半音 up 4番「死んだ兵士の 半音 up 5番「死んだ彼らの  
6番「死んだ歴史の 1番(16小節)の高さに戻る

## □指揮者より「一口アドバイス」

### 「朝露」

・李政美さん(歌手・訳者)は言っています。「朝露」は決して“アジタート”しないで！せつせつと心に染み入るように歌いましょう！

T 1 「よるがあけた くさのはには しんじゅよりうつくしい あさつゆがある」

Espressivo 感情豊かに 朝露のテーマ：朝露は真珠より美しい、でも命は短い。それを提示している。

そういう美しい声で。情景をもっと色濃く言葉に出して！

2 2 小節～「あかくてらされる・・・」PPで入る。

2 6 小節～「わたしはいく・・・」fで。ことばを“伸びした”音で。「わ」はユニゾン。きれいな声で、音合わす。明るい響きがほしい。

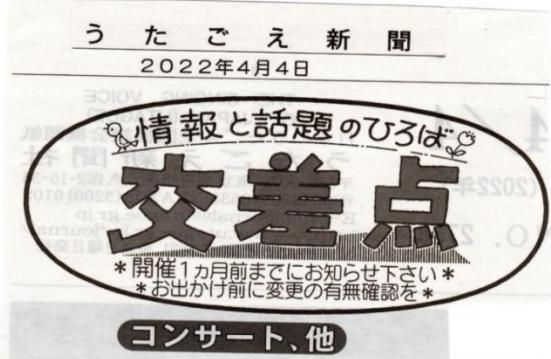
3 0 小節～「かなしみのりこえ・・」f f しっかりと、縦の声で！

10小節～「そのしずくに」pで静かに入っていくこと。音うるさく聞こえては駄目！

声は最後まで延ばして省略しないこと。しっかりと息を入れて。

43小節～「ネマメソルミ」もpで入ること。

## □男声合唱団「昴」「創立20+2周年記念 第13回コンサート」開催広告



男声合唱団昴 創立20+2周年記念第13回コンサート 4/23(土)14時【大阪】豊中市立文化芸術センター大ホール■  
“いのちの春よ 生きる喜びを歌おう” ◆本並美徳/伊藤知@森二三/門万沙子◆ゲスト：スホの白い馬モンゴル楽団■春のよろこび○春のメドレー/他◆世界の歌○朝露/ウ・ポイ/白樺/母なるウォルガを下りて/歓びのナーダム◆昴の創作曲○方正はいくさを物語る/方正の青い空/地雷ではなく花をください/昴はうたう◆いのちの歌○日々草/ゆらゆら春/死んだ男の残したもののは/いのちの歌■1980/高校生以下・障がい者と付添1500円/090-6058-5652(立川)、8168-9347(岡山)。