

やさしいピアノの演奏法入門（その2）

——初心者および学生のための——

鎌田 範 政

（1995年10月16日 受理）

First Step Piano Method for a Beginner and Student

（Part 2）

Norimasa KAMADA

1. はじめに

前回（part 1）として、ピアノの弾き方のうち、主として基本的な音の出し方としての部分について述べた。今回は、（part 2）としてピアノ演奏法の基礎的・基本的な技術（テクニック）について述べたい。このことは、将来にむかって希望に燃える学習者にとって欠くことの出来ない事柄なのである。正確で安定し、しかも柔軟性があり、迅速な運指こそ、この導入期でこそ形成しなければならないからである。

また、この期の指導は非常に根気と注意を指導者に要求する。いい加減な状態のまま見過ごしてしまった結果、却って悪癖を付けてしまうことになってしまっはは何の意味もない。指導者が指を見てそのフォームや音色を確認した上で更に学習者の感覚的な納得をも確認して共有したいものである。

その定着のさせ方について以下述べることにする。

第3章 ピアノ奏法：基礎テクニックの定着

1. 隣接する二本の運指法（2度の奏法）

（1－2）（2－3）（3－4）（4－5）の組合わせ

<指導のポイント>

（1）同時（和音で）に弾く。

注意 ①各指の打鍵する場所（鍵盤との接点）を確認すること。

②2音同時に鳴らすこと。（打鍵のタイミングがずれないように）

③片手での練習をすること。

④左手はオクターブ下で弾くこと。

(2) 交互 (二本の指) に弾く。

注意 ① 2音同時の感覚のままで弾くこと。

② 弾きにくい指の組合わせは特に入念に練習をすること。

③ 手首は上下に揺すらないようにすること。

[譜例] (1)

[譜例] (2)

2. 隣接する3指 (3度) の奏法

イ. (1-3) (2-4) (3-5)

ロ. (1 2 3) (2 3 4) (3 4 5) の組合わせ

<指導のポイント>

- (1) 同時（和音で）に弾く。
 - ①各指の打鍵する場所（鍵盤との接点）とフォームを確認すること。
 - ②2音同時に鳴らすこと。（打鍵のタイミングがずれないように）
 - ③片手で練習すること。
 - ④左手はオクターブ下で弾くこと。
- (2) 1音対2音の組合わせで弾く。
 - ①3音同時の感覚でひくこと。
 - ②弾きにくい指の組合わせは特に入念に練習をすること。
 - ③手首の垂直運動は避けて平行運動のみ。

[譜例] (1)-イ

(1)-ロ

(2)-1

(2)-2 右手 $\begin{bmatrix} \widehat{3\ 2} \\ 1 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} \widehat{4\ 3} \\ 2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} \widehat{5\ 4} \\ 3 \end{bmatrix}$

左手 $\begin{bmatrix} \widehat{1\ 2} \\ 3 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} \widehat{2\ 3} \\ 4 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} \widehat{3\ 4} \\ 5 \end{bmatrix}$

(2)-3 右手 $\begin{bmatrix} 3 \\ \widehat{2\ 1} \end{bmatrix} \begin{bmatrix} 4 \\ \widehat{3\ 2} \end{bmatrix} \begin{bmatrix} 5 \\ \widehat{4\ 3} \end{bmatrix}$

左手 $\begin{bmatrix} 1 \\ \widehat{2\ 3} \end{bmatrix} \begin{bmatrix} 2 \\ \widehat{3\ 4} \end{bmatrix} \begin{bmatrix} 3 \\ \widehat{4\ 5} \end{bmatrix}$

(2)-4 右手 $\begin{bmatrix} \widehat{2\ 3} \\ 1 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} \widehat{3\ 4} \\ 2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} \widehat{4\ 5} \\ 3 \end{bmatrix}$

左手 $\begin{bmatrix} \widehat{2\ 1} \\ 3 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} \widehat{3\ 2} \\ 4 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} \widehat{4\ 3} \\ 5 \end{bmatrix}$

3. 隣接する2本の指の運指を確認する奏法

イ. 1指を固定する組み合わせ

右手 $\begin{bmatrix} \widehat{2\ 3} \\ 1- \end{bmatrix} \begin{bmatrix} \widehat{3\ 4} \\ 1- \end{bmatrix} \begin{bmatrix} \widehat{4\ 5} \\ 1- \end{bmatrix}$ 左手 $\begin{bmatrix} 1- \\ \widehat{2\ 3} \end{bmatrix} \begin{bmatrix} 1- \\ \widehat{3\ 4} \end{bmatrix} \begin{bmatrix} 1- \\ \widehat{4\ 5} \end{bmatrix}$

<指導のポイント>

(1) 同時（和音で）に弾く。

注意 ①各指の打鍵する場所（鍵盤との接点）とフォームを確認すること。

②とくに弾かない指は真っすぐ伸ばしたり高く上げすぎないこと。

③3音同時に鳴らすこと。（打鍵のタイミングがずれないように）

④小さい手の場合はフォームが崩れない範囲で間隔を拡張していくこと。

(2) 1指と交互に弾く。

①打鍵の接点及びフォームを確認すること。

②手首が垂直に揺れないように平行運動がのぞましい。

③弾かない指を高く上げないこと。

④疲れたら必ず練習を中断して休息を取ること。

(3) 上行・下行 同運指，異運指で練習する。（組合せ）

[譜例]

右手

(1)

(2)

(3)

(4)

(5)

(6)

Detailed description: This section contains three numbered musical exercises, (4), (5), and (6). Each exercise is written on two staves (treble and bass clef). Exercise (4) features a sequence of eighth and sixteenth notes with various fingerings (1-5) and slurs. Exercise (5) includes more complex rhythmic patterns with slurs and fingerings. Exercise (6) continues with similar melodic and rhythmic structures, emphasizing finger independence and coordination.

[譜例]

左手

(1)

(2)

Detailed description: This section provides two examples of left-hand techniques. Example (1) shows three measures of bass clef notation with fingerings 1, 3, 2 and 2, 3, 1. Example (2) shows two measures with fingerings 1, 3, 4 and 4, 3. The notes are primarily eighth and sixteenth notes, demonstrating specific fingering patterns for the left hand.

(3)

(4)

(5)

(6)

4. 同一鍵盤上での指替える奏法

イ. 1指を固定して他指を同一鍵盤上で移動させる組み合わせ

右手	上行	[3 $\widehat{\rightarrow}$ 2	[4 $\widehat{\rightarrow}$ 3	[5 $\widehat{\rightarrow}$ 4
		[1 -	[1 -	[1 -
	下行	[2 $\widehat{\rightarrow}$ 3	[3 $\widehat{\rightarrow}$ 4	[4 $\widehat{\rightarrow}$ 5
		[1 -	[1 -	[1 -

左手 下行

1	-	1	-	1	-
3	→	2	→	4	→
⏟					

上行

1	-	1	-	1	-
2	→	3	→	3	→
⏟					

<指導のポイント>

- (1) 上行, 下行の運指が異なる(反対)ので注意すること。
- (2) 指を替える際, 出来るだけスムーズに流れるような感じで運指する。
- (3) 右手の下行, 左手の上行は, 難しいので入念に練習すること。
- (4) 最初は速度をゆっくり練習し, 変えた指の音を長く延ばして練習する。
- (5) 練習で慣れたら次第に速度を上げてゆくこと。

[譜例]

予備練習①

予備練習②

右手

(1)

(2)

Four staves of musical notation for the right hand. Each staff shows a sequence of notes with specific fingering instructions in brackets above them. The notes are: C4, E4, G4, B4, C5, A4, F4, D4, C4. The fingering patterns are: [54], [15], [45]; [54], [15], [48], [45]; [54], [45], [54], [54]; [54], [16], [54], [54]. Slurs and arrows indicate the flow and direction of the scale.

(左手の場合)

Six staves of musical notation for the left hand. Each staff shows a sequence of notes with specific fingering instructions in brackets above them. The notes are: C4, E4, G4, B4, C5, A4, F4, D4, C4. The fingering patterns are: [32], [32], [53], [13], [33], [53], [33], [53], [33], [33]; [43], [43], [43], [43], [34], [34]; [54], [54], [45], [45]; [54], [54], [45], [45]; [54], [54], [45], [45]; [54], [54], [45], [45]. Slurs and arrows indicate the flow and direction of the scale.

5. 音階 (スケール scale) の運指と奏法

ア. C-Dur (ハ長調) の場合

<指導のポイント>

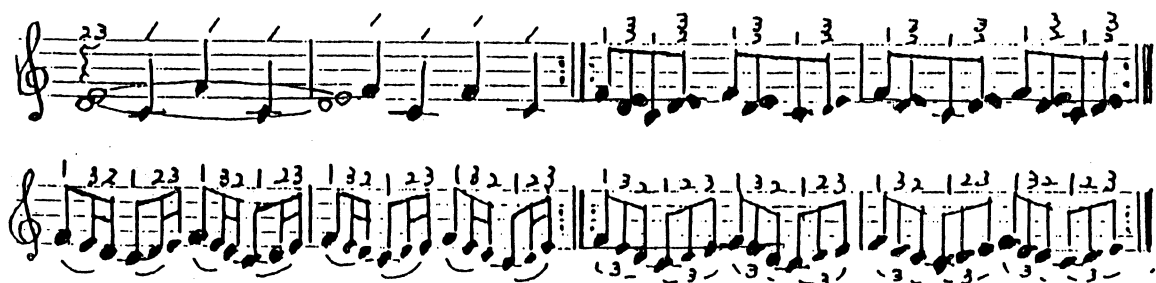
- (1) 1指が2・3・4指を潜る場合は1指は可能なかぎり水平に移動させること。
- (2) 3・4指が1指を越える場合、3・4指は可能なかぎり水平に移動させること。
- (3) 和音奏の場合、各指の接点に注意すること。
- (4) 1指と2 3及び2 3 4の交互奏は手首の動きが平行移動になるよう注意すること。
- (5) 1指の上にアクセントが付かぬよう注意し次第に速度を増してゆくこと。
- (6) 両手の練習は出来るだけゆっくり行い慣れたら速度を増してゆくこと。

(ハノン No 39音階を参照されたい)

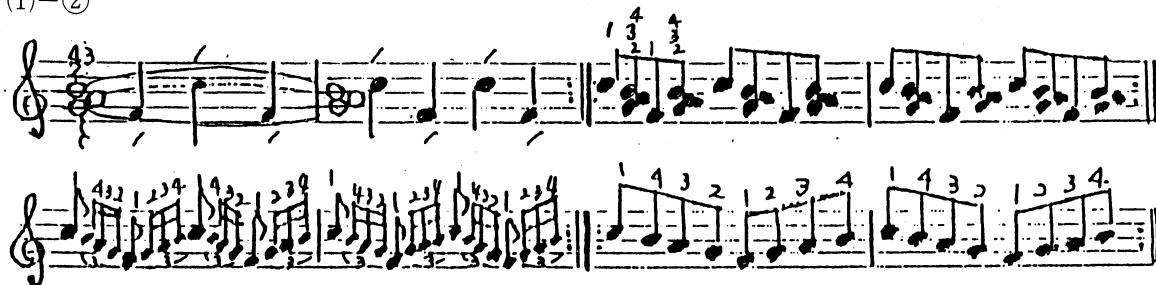
[譜例]

右手

(1)-①



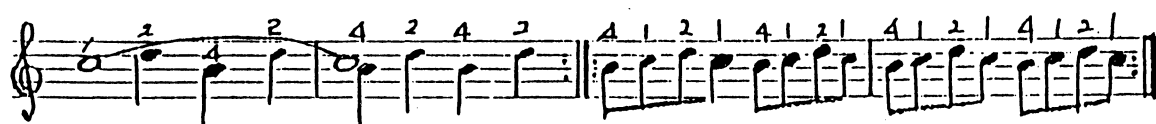
(1)-②



(2)-①



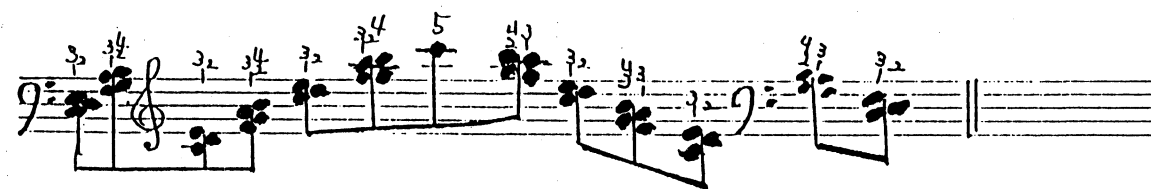
(2)-②



(3)－①



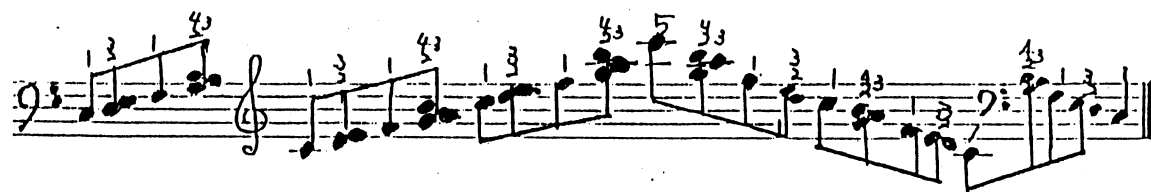
(3)－②



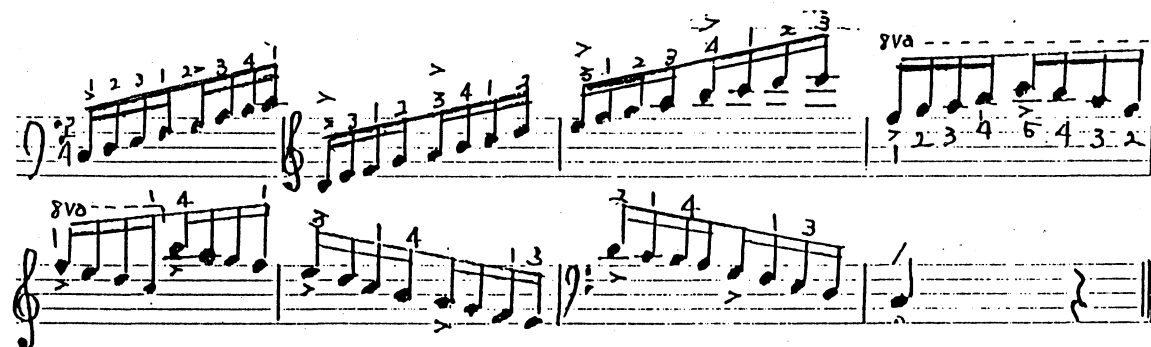
(4)－①



(4)－②



(5)



左手

(1)-①

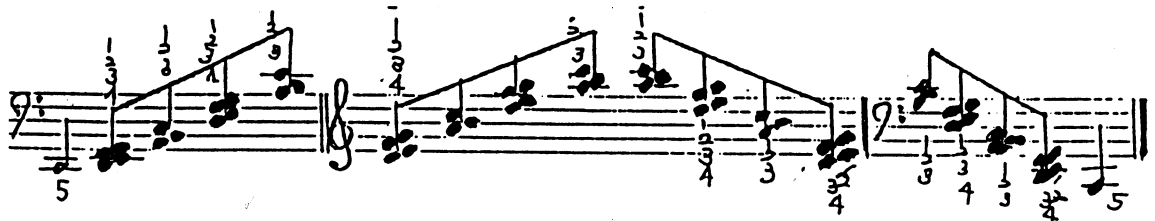
(1)-②

(2)-①

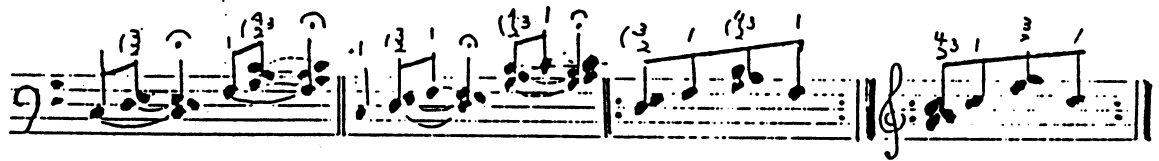
(2)-②

(3)-①

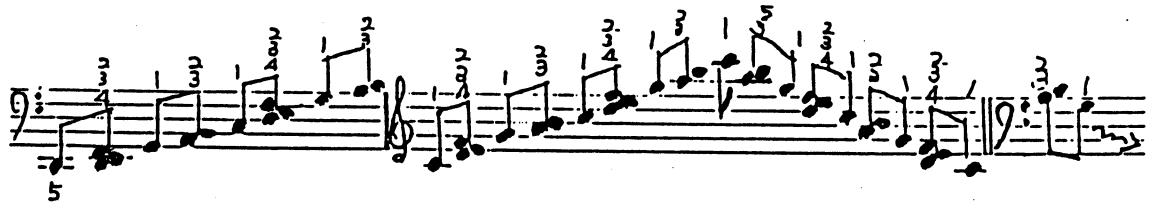
(3)－②



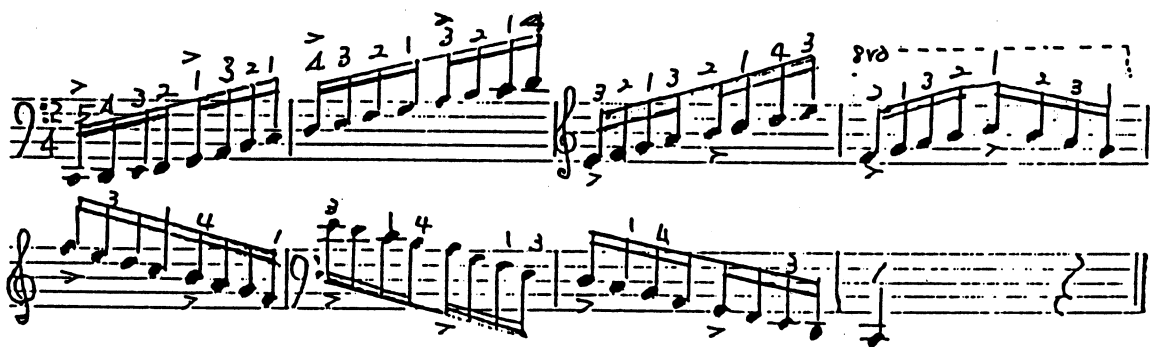
(4)－①



(4)－②



(5)



6. 分散和音（アルペジオ arpeggio）の運指と奏法

ア. ハ長調の主和音の場合

<指導のポイント>

- (1) 1指の跳躍は手首・肘を柔らかく保ち音が途切れぬように。
- (2) 1指を越える他の指はなるべく水平に移動するよう心がけること。
- (3) 和音は常に同時に響かすように気をつけること。
- (4) 1指のオクターブの移動は前後の音となめらかに連続すること。
- (5) アクセントの位置を正確に弾くこと。

[譜例]

右手

(1)

Musical notation for exercise (1) in treble clef, 2/4 time. It consists of a single staff with four measures. The first measure has a quarter note G4 with a fingering '1'. The second measure has a quarter note A4 with a fingering '1'. The third measure has a quarter note B4 with a fingering '3' and a quarter note C5 with a fingering '2'. The fourth measure has a quarter note D5 with a fingering '3' and a quarter note E5 with a fingering '1'. The piece ends with a double bar line.

(2)

Musical notation for exercise (2) in treble clef, 2/4 time. It consists of three staves. The first staff has two measures: a quarter note G4 with a fingering '2' and a quarter note A4 with a fingering '3'. The second staff has two measures: a quarter note B4 with a fingering '2' and a quarter note C5 with a fingering '1'. The third staff has four measures of eighth notes: G4-A4-B4-C5 (fingering 2-1-3-2), A4-B4-C5-D5 (fingering 3-2-1-3), B4-A4-G4-F4 (fingering 3-2-1-3), and G4-F4-E4-D4 (fingering 3-2-1-3). The piece ends with a double bar line.

(3)

Musical notation for exercise (3) in treble clef, 2/4 time. It consists of a single staff with four measures. The first measure has a quarter note G4 with a fingering '3' and a quarter note A4 with a fingering '2'. The second measure has a quarter note B4 with a fingering '3' and a quarter note C5 with a fingering '1'. The third measure has a quarter note D5 with a fingering '3' and a quarter note E5 with a fingering '2'. The fourth measure has a quarter note F5 with a fingering '3' and a quarter note G5 with a fingering '1'. The piece ends with a double bar line.

(4)

Musical notation for exercise (4) in treble clef, 2/4 time. It consists of two staves. The first staff has four measures: a quarter note G4 with a fingering '3', a quarter note A4 with a fingering '2', a quarter note B4 with a fingering '3', and a quarter note C5 with a fingering '1'. The second staff has four measures: a quarter note D5 with a fingering '3', a quarter note E5 with a fingering '2', a quarter note F5 with a fingering '3', and a quarter note G5 with a fingering '1'. The piece ends with a double bar line.

(5)

Musical notation for exercise (5) in treble clef, 2/4 time. It consists of three staves. The first staff has four measures: a quarter note G4 with a fingering '3', a quarter note A4 with a fingering '2', a quarter note B4 with a fingering '3', and a quarter note C5 with a fingering '1'. The second staff has four measures: a quarter note D5 with a fingering '3', a quarter note E5 with a fingering '2', a quarter note F5 with a fingering '3', and a quarter note G5 with a fingering '1'. The third staff has four measures: a quarter note A4 with a fingering '3', a quarter note B4 with a fingering '2', a quarter note C5 with a fingering '3', and a quarter note D5 with a fingering '1'. The piece ends with a double bar line.

左手

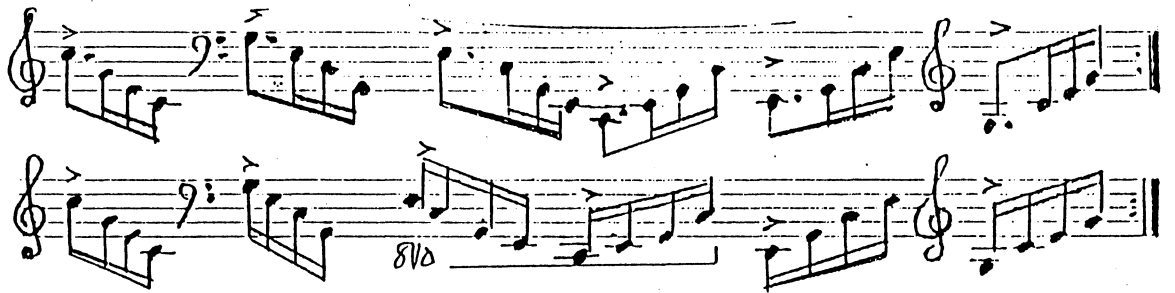
(1)

(2)

(3)

(4)

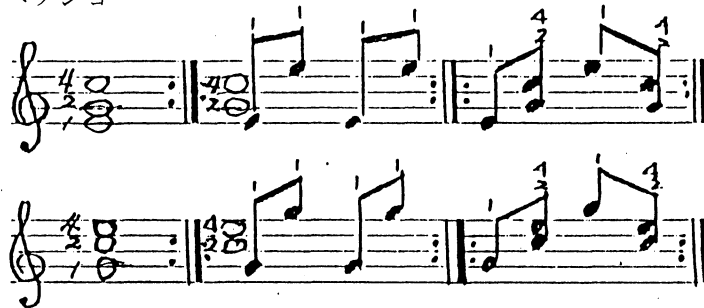
(5)



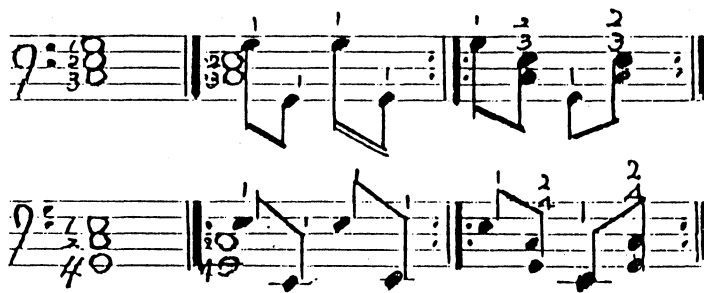
付. 転回形の和音のアルペッジョの練習法

アルペッジョ

右



左



7. 理論及び考察

(Part-1) 第1章・第2章では、まずピアノを弾く前の知識や心構え・準備等について述べた。更にピアノの鍵盤 (Key) に触れるいわゆるタッチについての事柄における問題点を解明したいと考えた。

(Part-2) 第3章では、指の使い方 (運指法) について2本の指から順次3本・4・5本と増やしていくように考えた。

これは、実際ピアノの演奏になると弾くことに夢中になる余り指先の接点やフォームにどうしても配慮が足りなくなってしまうのが常である。その為に変な癖や間違ったテクニックを身に付けてしまったり取り返しの付かない状態で先に進まねばならず、素晴らしい音楽の表現が不可能になるわけである。

第3章の1・2では隣接する2本および3本の指の使い方について、先ず和音で指先の感覚を確

認させその感覚を大切にして交互に移動使用してゆき、更に1指を固定した状態での練習を加えた。こうすれば弾かない指が加勢したり邪魔したりすることを防ぐからである。このことによって指先の感覚とタッチが同一化したものとなるのである。

さらに指と指との間隔が開くことによって増してくる困難さにも対応ができるように考えた。3は、手の大きさによって指導者が選択して与えてほしいものである。なぜなら、このテクニックはやがてオクターブ奏法の基礎として重要に能力の一つになるからである。

第3章の4は同一鍵盤上での指替えのテクニックであるが、この奏法は通常かなりあとに出てくるテクニックとして取り扱われているが、筆者は入門期に取り扱うべきだと考えている。なぜなら音楽の要素の中で最も大切なレガート奏法はピアノの演奏の基盤であるからである。入門期にレガート感覚を重視した指導をもっと大切にしたいものである。このことは、やがての演奏に重大な影響を及ぼすことは明らかである。ピアノを叩くだけのピアニストには育てて欲しくない。

第3章の5は、スケール（音階）とアルペジヨ（分散和音）の練習法について、それぞれのべてみたい。この二つのテクニックは、1指が重要な役割をもっている。1指の上に手が被さる、又は1指が手の下を潜るといった点にその困難さが象徴されている。しかも右手と左手は上行・下行の際反対になっている。スケールの練習はピアノの練習の根源をなしているといっても過言ではない。音の均衡、柔軟、軽快、流暢さがスケールでは要求される。そして手の側面的な回転を支え、軸となる1指の弛緩・脱力とコントロールがその練習の要と成るのである。

完全に音が規則正しく平均化されるまで徹底的にそのテクニックを習得させたいものである。

練習の進め方には、色々な提言もある。

- (1) アクセントを付けリズムカルな練習をする。
- (2) 黒鍵を含む調から始める方が易しい。(F. Chopin)
- (3) 反進行から先に練習をする。(レシェッティキー)
- (4) 分割して練習をする
- (5) 1指を潜らせない方法もある。

等などであるが、筆者はハ長調から始めている。その理由は1オクターブを二つの塊（和音）奏として捉えさせるために適切であると考えているからである。

分類してみると下記のようなになる。

- | | | |
|---------------|-----------|--------------------------|
| 1 2 3 | 1 2 3 4 型 | ハ, ニ, ホ, ト, イ, ロ, 長調及び短調 |
| 1 2 3 4 | 1 2 3 型 | へ長調及び短調 |
| (2) 1 2 3 | 1 2 3 4 型 | 変ロ長調および短調 |
| (2) 1 2 3 4 | 1 2 3 型 | 変ホ長調及び短調 |
| (2 3) 1 2 3 | 1 2 3 4 型 | 嬰ハ, 嬰へ, 嬰ト短調, 変イ長調 |
| (2 3) 1 2 3 4 | 1 2 3 型 | 変ニ長調 |
| (2 3 4) 1 2 3 | 1 2 3 4 型 | 嬰へ長調 |

このように1 2 3 1 2 3 4型か1 2 3 4 1 2 3型に2別される。さらにこれを1 2 3と1 2 3 4の2群と考えるとスケールの練習は簡単に整理・集約されてくるのである。この練習方法により、学習者はスケールの演奏技術の格段の進歩を自ら確認できよう。

8. おわりに

この第3章では、ピアノ奏法うち初歩的なテクニックの基礎についてその学習方法を考察したが、まだ幾つかの初歩的テクニックについても言及しなければならない分野が取り残されている。例えばオクターブ奏法・重音奏法・ペタリング等等である。第4章として次回に述べることにしたい。

学生の現状に対して下記のようなアンケートを行ってみた。まだ1回のみである資料として甚だ少量であるので問題がやや浮き彫りになったぐらいの処であるが報告として付記しておきたい。

ピアノ意識調査 男・女

Q1. あなたがピアノを始めたのは、何才ですか？

()才 より 通算()カ年
中断()カ年

Q2. あなたがピアノを始めて習ったのは？

集団 個人

Q3. あなたは次の言葉を聞いたことがありますか？

- a. 「高位置奏法」 ない
b. 「自然奏法」
c. 「圧力奏法」 ある

1. Q3で“ある”と答えた人は a, b, c, について意味を書いてください。

a. _____

b. _____

c. _____

2. Q3で“ある”と答えた人で、現在ピアノを弾くときに意識している弾き方があれば a b c で答えて下さい。

3. Q3であなたが, a. b. c. を知ったのは何時ですか？

()のころ ア. ピアノ先生から 幼稚園 小学校 中学校 高等学校
イ. 本を読んで 大学

Q4. ピアノを弾いて腱鞘炎になったことがありますか？

ある ない

1. Q4で“ある”と答えた人で、その時の手当てについて述べて下さい。

2. 腱鞘炎にならない方法をいつも心がけ実行していますか？

している していない

Q 5. あなたが音楽科に進学した主な理由は？

〔調査結果〕

調査人数 男 3 女 30 計 32 名

Q 1. ピアノ学習の開始時期 経験年数 挫折年数

3 歳…………… 4 名	17 年…………… 3 名	1 - 3 年…………… 15 名
4 …………… 5	16 …………… 5	5 - 6 …………… 3
5 …………… 10	15 …………… 9	無 …………… 14
6 …………… 4	14 …………… 4	
7 …………… 2	13 …………… 2	
10 …………… 2	12 …………… 3	
17 …………… 1	3 …………… 1	
	2.5 …………… 1	

Q 2. 学習形態

集団 …………… 11 名

個人 …………… 22

Q 3. 奏法用語

知らない…………… 33 名

Q 7. 腱鞘炎

経験者 …………… 3 名 (その手当て) ひやす…………… 1 湿布…………… 1 そのまま…………… 1

無経験 …………… 30

Q 8. 対策法

している…………… 4 名

していない…………… 29

Q 9. 進学理由

教師志望…………… 15 名

音楽継続…………… 16

成績結果…………… 2

以上の結果から次のような学生の姿が浮かび上がってくる。

幼児期（22）からピアノのレッスンを開始した者が多く中断の経験（18）はあるものの10年以上の経験者が殆どである。学習の最初いわゆる導入者との関わりをみると2:1の割合で個人教授が多

い。個人教授のほうがやはり細かく子どもに対応し基礎・基本的な指導が徹底しているため技術の定着が確実で成長及び継続が可能ならしめているとみるのは早計だろうか。

更に幼児期からの学習方法の習性からか徒弟制みたいな感じで指導者に盲目的にいわれる習いごとの意識が感じられる。書物からの知識がほとんどないのは問題であると思う。このことからしてもピアノ奏法に対するレクチャーが必要ではないかと思う。またピアノの演奏にかかる際の障害と対策についても早期に学習を進めなければならないようである。

参考文献

- 1) 井口基成 上達のためのピアノ奏法の段階 音楽之友社
- 2) 服部龍太郎・高木東六 訳編 コルトーのピアノ技法教本 和田書店
Alfred Cortot: Principes Rationnels de la Technique Pianoforte
- 3) ジャンヌ・ブランカール: 永富和子 訳・注 初心者のためのピアノ・テクニックの基本的原理
——アルフレッド・コルトーの「ピアノ・テクニックの合理的原理」の学習方法による—— サラベール楽譜出版社
Jeanne Blancard: traduction Japonaise Kazuko Nagatomi Principes Elementaires de la Technique Pianistique
——Principes Rationnels de la Technique Pianistique d'apres la Methode ALFRED CORTOT——
Salabert Editions
- 4) 田村 安佐子 ピアニストへの基礎——ピアノの詩人になるための—— 筑摩書房
- 5) ファニー・ウォーターマン: 石井史子 訳 若きピアニストへ——ピアノ指導と演奏について—— 東京音楽社
Fanny Waterman: Fumiko Ishii "On Piano Teaching and Performing"
- 6) Playing the Piano for Pleasure: Charles Cooke
チャールス・クック: 堀内敬三 訳 ピアノの技法——楽しみつつマスター出来る—— 音楽之友社
- 7) ディッヒラー: 田村久美子・大道寺洋子 訳 小さい手のための毎日の練習課題 音楽之友社
Dichler: K. Tamura & Y. Daidoji "20 Tagliche Ubungen" Edition Ongakunotomo
- 8) レシェティツキー・ピアノ奏法の原理 マルウィーヌ・ブレー著 北野健次 訳 音楽之友社
The Groundwork of The Leschetizky: Malwine Bree