

意欲的に取り組むための音楽科指導法の一考察

～合唱指導の困難さとその打開策～

A Study of teaching method of music for ambitious tackle

Difficulty of choreography and its breakthrough

辻井 直幸

大西 雅博

Naoyuki TSUJII

Masahiro ONISHI

キーワード：義務教育、中学校、音楽、合唱、授業

【はじめに】

明治初期に「学制」という就学義務が始まり、明治13年（1886年）には「義務教育」という文言ができあがった。そして明治33年に「尋常小学校」の義務教育は無償化とされ、我が国の学校教育は急速に広がっていった。

大正・昭和にかけて戦争が起こり、音楽どころではない時代もあったが、その後、激動の時代を乗り越え、わが国は急速に発展していった。しかし、戦争は終わったが、農村では、まだまだ貧しい生活が続き、田畑を手伝う子供も沢山いた。そして、彼らは皆、本当は学校に行きたかった。私の祖父母位の人たちが、「勉強したくても学校に行かせてもらえなかった」と、よく言っていたのを思い出す。

やはり、学校という所は、文化の最先端を知る素晴らしい場所だったのだろう。理科室には目新しい実験器具が並び、図書室には見たことのない国の話や、読んだことのない本がそこにあった。音楽室はと言うと「二十四の瞳」ではないが、高価な足踏みオルガンが鎮座まし、若く美しい女教師（おなごせんせい）がハイカラな服を着て、華奢（きゃしゃ）な指でそれを弾いていた。生徒は初めて聴く「ドレミファソラシド」という音楽に文明開化の夜明けを感じていたに違いない。

そんな音楽教育の原風景は、今や朽ちた足踏みオルガンとともに風化していった。それでも、世の音楽教師だけは未だに、古きよき時代を夢見ている。生徒たちにとっての音楽室は、時代遅れのレコードプレーヤーやラジカセが、捨てられずに置いてあり、破れかけた肖像画がこちらを睨みつけているような「学校の怪談」の舞台だ。夜にはきつと、誰もいない音楽室からピアノの音が漏れ聴こえているに違いない。ただ、この生徒と教師、両方に共通して言えることは、「今の自分を正しく見ていないかも知れない」ということだ。多くの生徒達が聴いている「好きだと思ふ音楽」は、実は商業ベースに利用され、操作された価値観であることに、彼らは気づいていない。また、教師の音楽観は「クラシックこそが最高の音楽」だと思ひ込む、ただの偏った「クラシックマニア」というだけなのかも知れない。このことを私たちはもう一度、疑ってみるべきだ。

しかしながら、今でも「歌」は音楽の中心であり、音楽教育の大黒柱であることに変わりはない。音楽は人間にとって大切な娯楽の一つである。そして自己表現としての「歌」を考えるなら、それは「よろこび」の表出でもある。このことから、普段、我々が行なっている音楽の授業は、それに貢献するとても大事な科目である。その中心となる歌唱指導は、たぶんこれから先もずっと続いていくことであろう。今回、ここで取り上げた発声指導法が、さらに有意義に、そしてよりスムーズに効率よく展開していくことを目指し、この研究を進めていくこととする。

【一般大衆の好む音楽はミスリードされたものかもしれない】

昭和初期の歌謡曲は、今のようなりズムに乗って踊りながら歌うような、ビートの効いた音楽ではなかった。直立不動でオペラのように響く声や、伸びのある高音域が出せる人、低音豊かでダンディーな甘い声が出せる人、というように、音質重視のメロディがはっきりとした楽曲が多く好まれていた。現在は音楽と同等にビジュアルも重視され、歌唱力は劣ってもビジュアルが良ければ歌手として成功する者もいる。いわゆるアイドル歌手という部類だ。私は、多様な音楽が溢れるこの現代社会を憂う気持ちは全く無い。むしろテレビやラジオの存在が音楽の広がりをつくってきたことに、とても感謝している。しかし、学校現場においては、この情報化社会が商業ベースに偏り、特に発達期の小、中、高生の趣味思考にかなり入り込んできていることに、

大きな危険感を抱いている。

人格形成の大切な時期に多様な音楽に触れることはとても意義のあることである。しかし、気をつけないと「好きだ」と思っていた音楽は、実は巧みに操作され、好きだと「思い込まされたもの」かもしれない。

先ほど「テレビやラジオ」と言ったが、今やラジオで音楽を聴く若者は少なく、ほとんどが携帯電話等でインターネットに接続したりして音楽を聴いている。これからは「テレビ・スマホ」という言い方によって変わっていくであろう……。

音楽は主に何で聴いていますか？ (中学生 260 人)	
テレビ	52 人
ラジオ	10 人
CD プレーヤー	50 人
スマホ (携帯電話)	110 人
カセットテープ	0 人
レコードプレーヤー	0 人
MP3 プレーヤー	6 人
パソコン	26 人
その他 (ゲーム機のSD)	2 人
ほとんど聴かない	4 人

【義務教育（中学校）における音楽教科の時間数とカリキュラム】

現在、文部科学省の定める音楽教科における年間の週授業時間数は、中学校では第一学年1.5時間、第二・三学年1時間となっている。筆者の勤務する地区の学校のほとんどが週1時間を基本として第一学年だけ隔週2時間の授業(美術とタイアップさせることが多い)をおこない1.5時間を確保している。年間に直すと二・三学年は35時間程度になる。この限られた時間で歌唱、器楽、創作、鑑賞、を行い、また広く音楽に触れさせるため、和洋問わず満遍なく教え、その合間に各行事をこなしている。高校の受験科目には入っていないこの音楽という教科は生徒の全くの興味関心で成り立っている。だからこそ、歌唱に限らず、本当に価値のある教材を教師が研究、選択していかなければなら

ない。さらにその価値は原石のようなもので、この多様化の時代では一見して分かるようなものではない。つまり、価値そのものから教えていかなければならないのである。先ほども言ったが、昨今の情報化社会においてスマホ等の発達から生徒自身、商業化の渦に巻き込まれている。偏った情報や表面的な音楽(売り上げが見込める音楽)が主流になっている。もちろん私はそれらを否定する立場ではない。しかし安易に肯定してしまうと、もはや音楽教育は必要なくなってしまう。皆が好きだと思ふ音楽を、好きな時に聴けばよいだけの話だ。このような生徒達の「無意識に出来上がった価値観」と

いうものと戦っていくことが、かなり難しい。

各教科等の授業時数

学校教育法施行規則別表第2(第73条関係)

区分		第1学年	第2学年	第3学年
各教科の授業時数	国語	140	140	105
	社会	105	105	140
	数学	140	105	140
	理科	105	140	140
	音楽	45	35	35
	美術	45	35	35
	保健体育	105	105	105
	技術・家庭	70	70	35
	外国語	140	140	140
道徳の授業時数		35	35	35
総合的な学習の時間の授業時数		50	70	70
特別活動の授業時数		35	35	35
総授業時数		1015	1015	1015

【発声における多様化からの生徒の音色感の理解不足】

生徒の価値観を測る一考として、現在（平成30年度）勤務している中学校の生徒260人に好きな音楽等についてのアンケートを行った。結果は下図のとおりである。

一番好きな曲を教えてください (中学生 260人)	
アイドルソング	109人
和製ポップス	90人
洋楽ポップス	18人
アジアンポップス	4人
ゲーム音楽	8人
映画音楽	4人
アニメソング	12人
演歌	0人
民謡邦楽	0人
クラシック	9人
ジャズ	0人
その他(応援歌)	2人
とくに無し	4人

この結果から推察すると、生徒達が好む音楽は、歌謡曲やポップスが大半を占めており、このことから普段、彼らが聴いている歌声は、ほとんどポップスの発声に特化していることが伺える。ポップスの歌声も合唱の歌声も声には違いないが、明らかにその発声方法は異なる。これは合唱指導を行ううえでかなり難しい問題を含んでいる。それは、指導者が合唱曲を歌わせる前に、まず合唱曲の良さ、素晴らしさを教えて、そこから合唱を歌うための必要な発声方法を理解させ、さらにその声が美しく響くように練習に取り組ませなければならぬからだ。それには繰り返しの練習が必要になってくる。美しい声をつくるには、たった数日の練習では身につかない。数ヶ月、数年という単位での継続した練習が必要になってくるからだ。

これらのことから、ただ学校行事の必要性だけで歌わせていくことが、いかに難しいかがわかる。合唱の発声方法は、声楽の発声方法であり、オペラの発声に近く、ポップスのそれではない。生徒にクラシック音楽の価値観を伝えることは、新たな文化を伝えるに等しく、難しい。それは、思い込みや偏見というファクターとも戦っていかねばならないからだ。これでは、ゼロからのスタートではなくマイナスからのスタートだ。

【働き方改革から部活動が縮小され「良い声の見本」が不足している】

平成30年現在、過労死の問題が叫ばれ、働き方改革なるものが提案された。文科省からも大々的なアンケートが実施され、教師の多忙化が浮き彫りにされた。それに伴い、部活動がその元凶になっていることも問題視されている。ブラック企業と呼ばれるものから、それに追従する「ブラック部活」とも言われるようになった。部活動は時間外勤務でありながら「公務員」という特質上、十分な手当ても現実ついていない。残業手当を出すよりも、言葉は悪いが、手当てなしで頑張る教師を定時退校させた方が話は早い。部活動の時間は本来、青少年の心身の健全な育成のために有意義に展開され、ほとんど教師のボランティアで成り立ってきたものだ。しかし、多忙化が叫ばれ、無理やり指導に当てられてきた教師の負担が目ざされはじめた。また、オリンピックの金メダルに象徴されるような、勝利主義に目がくらみ、行き過ぎた指導から、体罰や反則ぎりぎりの危険な行為を選手に指示する監督も出てくるなど、大きな社会問題にもなっている。そのような中で、部活動などの課外活動は大きく見直される時代となってきた。だが、このまま、部活動を無くす方向に向かったとしても、生徒が地域のスポーツクラブやコンサートホールに足を運ぶかとなると、そうとは言い切れない気がする。多分、遊びの時間や受験のための勉強時間が増えていくだけだ。当然、音楽クラブの時間も制限され、時間のかかる発声練習は、益々不足していく。合唱部に入っている生徒はわずかであっても、それでもクラスに一人でも「良い声」で歌える生徒がいるとしないでは、大きな違いがある。見本となる「良い声」は、教師ができたとしても両性の声は出ない。何よりも、目の前の自分と同じ歳の友達に「美しい声」を出す生徒がいるということは、自分も出せるかもしれないという可能性につながっていく。それは優れた価値観の共有だ。また、合唱部が無いという学校でも、吹奏楽部のような音楽クラブが良い音を追求しているならば、そこから、文化芸術の価値は認知されていくものだと思う。受験戦争という「受験勝利主義」に陥れ

ば、戦時中のように音楽などは無用なものになってしまうであろう。このように合唱部や吹奏楽部の存在は、音楽教育活動に大きく貢献してきたと思っている。「良い音」が常に学校中に溢れているかどうかは部活動に負うところが大きい。

【発声について】

ア、日本人の発声

日本にも古くから独自の音楽はあった。主に神事や祭りのときに演奏されたのであろう。それらは奈良時代に、大陸から伝わってきた音楽と融合し「雅楽」や「声明」と呼ばれるものに発展していった。また、室町時代に世阿弥によってつくられたとする「能」などの音楽も日本独自の形態を成している。それらは、野外で演奏されることも多く、当然、今の拡声器やマイクなどあるはずがなく、自ずと遠くまで届く声が必要だったことは明らかだ。また、彼らは教会のような響く建物の中で発達していった西洋音楽とはまた違った、さらに独特な、強力で響く声を体得している。

しかし一般大衆においては、日本人は田畑で暮らすことの多い農耕民族であることは間違いない。世俗的な音楽は、そのほとんどが生活を基盤としたものが多く、とくに民謡などは地域特有の自然やその中で働いている労働を歌った曲が多い。それらは、自らの気持ちを紛らわしたり、なかまに心を伝えたりする歌となっている。このように、世俗的な音楽は、普段話している言葉が中心となるので、地声で歌われることがほとんどだ。

イ、伝統的な西洋のベルカント唱法について

ベルカント唱のトレーニングは厳密に言うところ、専門家の指導を受けることが必須である。間違った発声は喉を痛める原因にもなりかねない。西洋音楽における発声はほとんどが喉を開いて、口腔内の体積を増やし、音を共鳴させることを目的にしている。そのため、喉を絞めて無理に発声することはなく、正しい発声は喉を守るためにも、とても重要だ。さらに、このベルカント唱は、全身を使い共鳴させて響きをつくる方法なので、体格があまり大きくない日本人にも向いている発声法とされている。一般の中学生には難しいかもしれないが、私は合唱曲を歌うときは、このベルカント唱を推奨していきたい。

実際に喉がどのように開いているかは、喉を切り裂くことはできないため、見ることは難しい。専門家によっては「喉が開くということではなく、口腔内を広げているだけだ」という人もいる。これは一般的に「喉」というのは食道につながる器官のことを言い、かならずしも気道を指しているわけではない、ということなのかもしれない。歌唱や管楽器指導の場合は、この気道をなるべく広く保たせスムーズな息の流れを確保したい。

ウ、変声期の問題

中学生の年齢は、人間の生物学的成長の観点から見ると、ちょうど子供から大人に変容していく途中の過程にあたる。第二次成長期と呼ばれているこの時期は、声楽を志す者にとって特別な意味をもっている。いわゆる「声変わり」という時期だ。いままでトレーニングを重ねて美しいボーイソプラノをつくってきた者も、変声期後にそれを保つことのできる者はほとんどいない。西洋音楽史においても、カストラータの存在は類まれな才能として崇められ貴重な存在となっている。有名な少年合唱団ですら、エイジアウトをさせたり、ファルセットを駆使してその声を保っているというのに、一般の中学生はそういう知識もなく、ただ音程の定まらない不安定な声を、自分の実力と勘違いして嘆いているのが現状だ。

アンケートで「自分は歌が上手いと思うか？」の質問に、かなりの生徒が「思わない」「どちらかと言うと思わない」と答えている。さらに性別ごとに見てみると、男子は7割近くが自分は歌が上手いとは思っていないことが分かる。これは、間違いなく変声期の影響といえよう。

この「変声期」が正しく理解されていないことは、とても大きな問題である。なぜなら「自分は将来、歌が上手くなると思うか」という質問にも、男子生徒は7割近くが「どちらかと言うと思わない」「思わない」と答えているからだ。半ば諦めている者にとって、練習やトレーニングは効を奏しない。変声期は誰にでもある一過性のもので、生涯続くものではない。しかし、多くの生徒は、自分の声の不安定さが変声期の影響を大きく受けていることに気づいていないのだ。

さらに気をつけたいのは、実は女子の方である。女子は変声期の影響を受けにくく、音程そのものが取れなくなるようなことはない。テレビ等の歌を真似ようとするれば、比較的容易にそのような声が出せるのだ。逆に、それが安易な選択になってしまい、自らの可能性を閉ざすことにもなりかねない。だからこそ、この音楽の授業で多様な音楽に触れさせることが大切になってくるのである。このように音楽教育の重要性を感じているのは私だけではないはずだ。

自分は歌が上手いと思いますか？ (中学生 男子 124 人)	
思う 10 人	■□□□□□□□□□ 8 %
どちらかと思う . . . 29 人	■ ■ □ □ □ □ □ □ □ □ 23 %
どちらかと思うと思わない 49 人	■ ■ ■ ■ □ □ □ □ □ □ 40 %
思わない 36 人	■ ■ ■ ■ □ □ □ □ □ □ 29 %

将来、歌が上手になると思いますか？ (中学生 男子 124 人)	
思う 16 人	■ □ □ □ □ □ □ □ □ □ 13 %
どちらかと思う . . . 27 人	■ ■ □ □ □ □ □ □ □ □ 22 %
どちらかと思うと思わない 47 人	■ ■ ■ ■ □ □ □ □ □ □ 38 %
思わない 34 人	■ ■ ■ ■ □ □ □ □ □ □ 27 %

自分は歌が上手いと思いますか？ (中学生 女子 136 人)	
思う 14 人	■ □ □ □ □ □ □ □ □ □ 10 %
どちらかと思う . . . 56 人	■ ■ ■ ■ □ □ □ □ □ □ 41 %
どちらかと思うと思わない 44 人	■ ■ ■ ■ □ □ □ □ □ □ 33 %
思わない 22 人	■ ■ □ □ □ □ □ □ □ □ 16 %

将来、歌が上手になると思いますか？ (中学生 女子 136 人)	
思う 20 人	■ ■ □ □ □ □ □ □ □ □ 15 %
どちらかと思う . . . 64 人	■ ■ ■ ■ ■ □ □ □ □ □ 47 %
どちらかと思うと思わない 38 人	■ ■ ■ ■ □ □ □ □ □ □ 28 %
思わない人 14 人	■ □ □ □ □ □ □ □ □ □ 10 %

【過去の発声指導について】

私が長年勤める、地域の音楽教師が集まる研究会で、昭和55年頃から平成元年頃にかけての話である。その当時、歌唱指導の研究をしていた者は60名程いた。そこで提案された内容は次のようなものであったのを覚えている。

技術よりも「興味・関心」等から導き出される「やる気」を大切にしてい

合唱団を育てているわけではないので発声指導は必要に応じて行

仲間との係わり方などを通して人づくりに重きを置く

これは当時、第2次ベビーブーム(1971年~1974年)の影響で昭和55年頃から中学・高等学校の生徒数が激増し、バブル期の高度成長に伴い、学校内の非行件数も増加し、「不良」と呼ばれる生徒が多く出現した。いわゆる、「校内暴力全盛期」と呼ばれた時代である。音楽文化も電気・電子楽器の発達で大きく発展してきた時代である。しかし、一般的に音楽を演奏するというのは、まだまだテレビ・ラジオの中のアイドルだけに許されたパフォーマンスであった。普段、人前で歌ったり踊ったりすることは、「恥づかしい」ことであり、酔ったときに気分よく歌うか、ひどいときは罰ゲームで「歌わされる」という、恥の文化であったように思う。今なら素人でも駅や公園で、まさに

「恥ずかしげも無く」調子に乗ってプロもどきのことをしている者もいる。昔なら考えられない光景だ。そんな時代であったので、まじめに発声練習して合唱曲を歌っても「上手」には聴こえず、人前で歌うことは「恥ずかしい」ということを助長していた。当然、音楽の授業はつまらないものになってしまい、音楽室はどの学校も「不良達」のパラダイスになっていた。その彼らも行事等で、いざ歌う段階になると「御通夜」みたいな、蚊の鳴く声であったという。そういう時代の研究であったため、前述したような結論が出てきたのは、当然のことであろう。まずは興味をもって楽しく歌えるようにさせる。そして、その段階を乗り越えたものから、ようやく「発声指導」がはじまる。つまり、歌唱指導の初期段階では「発声指導は、すればするほど歌わなくなってしまう」という逆説的なことが解明されたわけだ。

この状況は、現在の音楽室には当てはまらない。しかし、パフォーマンスをすることの抵抗感は減ったとしても、生徒の歌いたい曲で「ベルカント唱法」を必要とする曲は依然として少ない。このことは、今も昔も変わっていない。

【発声指導とファルセット】

まず発声指導を行う前に、地声で歌うことのメリットとデメリットをしっかりと理解させないといけな。私は便宜上、女性の合唱時の発声を「裏声」と呼んでいる。実際には女性の発声には「裏声」というものではなく「頭声発声」のことを指すが、普段話している声（地声）と区別させるために女子の歌声は「裏声」と称している。また男性にとっても「裏声」（ファルセット）は女子の声と言うとわかり易く、都合がよい。また、男性の発声も合唱の時は地声ではなく「オペラ調」で歌うことを推奨している。オペラ調で上手く歌える生徒は、実はファルセットも上手だということを私は経験上知っている。たぶん喉の開きと響きのポイント（ツボ）が密接に関係しているためだと思う。だから発声練習時にファルセットの練習も、どんどん取り入れるべきだと思っている。

また合唱するときの声は、男声女声、いずれも地声では音が溶け合わないことをしっかりと知らせるべきだ。これは、録音などで客観的に聴かせ、論し、またマイクを使わずに講堂や体育館のような広い場所では後ろまで十分に声が届かないことを理解させる。さらに、合唱中は個が確定されるのは具合が悪く、みんなでそろって溶け合いながら歌っていることが望ましい。つまり、誰が歌っているか歌っていないか、分からない位がよいということだ。しかし反対に、歌謡曲やポップスを歌うときは、ほとんど一人で歌うことが多く、個性が尊重されるために、個を特定しやすい「地声」のほうが都合がよい。つまり、その人らしい歌い方が一番良い、ということになる。

【楽曲にあった歌い方が必要】

以上の考察から、義務教育の音楽教科において歌唱教材を扱うときに大切なことは、合唱が主体であるからといって、「声楽的な歌い方を押し付けない」ということである。必要性が分からないのに、それをさせても「嫌々歌う」ことになり、余計に音楽嫌いとなってしまうからだ。「合唱するときはこの声で歌い、ポップスを歌うときはこの声で歌う」というように楽曲に合った歌い方をするのが望ましい。そして、将来的に自分の歌い方が自然に決まってくる、というように在りたいものだ。

【取り組みにむけて】

冒頭でも述べたが、音楽教科の時間数は少なく、その中で文化祭や卒業式といった大きな行事をこなしていかなければならない。普段の音楽室は騒音防止のためか、普通教室から遠く隔てられた、どちらかという隅の方という、

隔離された空間になっている。授業は週一回くらいでお茶を濁し、生徒にとっても、未だ、息抜きの時間となりがちである。しかし、一旦、行事になると突然明るみに出され、平素の授業が問われる。そういう不憫な宿命を背負っている。だからこそ、これからの音楽教育は、より楽しく、もっともっと素晴らしいものでなくてはならない。

では、一体どうしたら良いのであろうか？

次に、それらの課題解決に向けての取り組みについて述べていく。

短い時間でより良い発声を会得する方法とは？

これこそが本研究のねらいであり、これからの音楽教育の課題でもある。

前述までに、学校教育現場で直面する大きな課題について述べてきたが、要約すると、

- カリキュラムとして、絶対的な時間の足りなさ。
- 豊かな情報化社会が逆にクラシカルな音楽に対する興味（価値観）に繋がっていないこと。
- 第二次成長の時期にあたるため、とくに男子の変声期の問題。
- ポピュラー音楽の影響で女子の声が地声になっていることが多い。

といったところであらうか。

ア、男子の歌声

価値観は一昼夜に生まれるものではない。しかし中学生としての与えられた時間は短い。今の感性ですぐに興味を沸き、しかも芸術性の高い優れた教材の発掘が急務である。つまり「分かりやすい発声のお手本」になる曲である。そこで、まず私が着目したのは、生徒が普段よく耳にする歌謡曲等で声楽的な歌い方をしている歌手はいないだろうか？という視点だ。そしてこれには、打って付けの歌手がいた。「秋川雅史」（あきかわまさふみ1967年10月11日生）だ。彼は国立音楽大学で学び、イタリアへ修行に行き、1998年にカンツォーネコンクールで優勝した。その後、帰国して日本コロムビアよりテノール歌手としてデビューし「千の風になって」をカバーしてヒットさせている。「NHK紅白歌合戦」にも出場した有名な歌手だ。現在、クラシックとポップスをクロスオーバーさせた音楽活動をしている。秋川の歌声は我々クラシックに携わるものにとって、特に目新しい歌い方ではないが、一般大衆から見ればとても新鮮で高尚な歌声に聴こえているのであろう。生徒達も同じで、オペラは退屈で難しいものという先入観から、見ることも聴くこともほとんど無かったが、秋川の歌は、嫌でもテレビで目にしている。そこで、この「千の風になって」という楽曲を使い、男子の発声の基礎練習を行ってみた。

イ、女子の歌声

女子の発声練習曲も原理としては基本的に男声と同じだ。そこで、テレビ・ラジオでも聴いたことがある楽曲で、分かりやすい女子の発声に使える曲はないかと探してみた。しかし、「秋川雅史」のようにわざとオペラを意識して歌っている歌手がなかなかいないのである。「秋川」はベートーヴェンを意識したような髪型で衣装まで燕尾服のようなデザインになっているのに、女性でそのような歌手はほとんどいない。音楽科出身でJ・POPの歌手は結構いるのだが、声楽専攻の歌手は少ないのだ。近年、「由紀さおり」という歌手が声楽科出身の姉妹で「紅白」に出場していた時がある。しかし「秋川」ほど一般的には馴染みは少ない。なんといっても「由紀さおり」は昭和を代表する歌手の一人であり、およそ今の中学生に興味をもたせることは難しい。

そこで、考え方を変えて、「女声の音色」（頭声発声）の見本であるなら、必ずしも女性である必要はなく、「地声でなく、女声らしい声ならば男性が歌ってもよいのではないか？」という発想をしてみた。それなら、男性のファルセットの歌手を探せばよいのである。これならば、誰もが知っていそうな歌手がいる。「米良美一」だ。宮崎駿監督のアニメ映画「もののけ姫」のテーマソングを歌っている男声歌手である。1997年（平成9年）公開の映画なので、今の中学生の生まれるもっと前の歌手だが、知名度はある。現在、テレビ等にはほとんど出演していないが、映画のテーマソングとしては誰もが知っていると言えよう。楽曲は白石譲の作曲で、メロディは平易でしかも美しい。これを使って発声練習をしていくことにした。

ウ、実際の授業での発声へのアプローチ

私の行っている音楽の授業では、毎回、最初に「校歌」と、この「千の風になって」「もののけ姫」の三曲を発声練習曲として歌うことにしている。（「千の風になって」と「もののけ姫」はDVDの映像も見せる）これに掛かる時間は、映像3分、「校歌」1分、「千の風になって」1分。「もののけ姫」1分、発声確認（音階練習とチャレンジ）に4分。の計10分だ。これらは毎回の授業で、帯のように採っていく。これは、歌唱練習時以外のリコーダーや鑑賞の時間でも、毎回授業の導入の部分で欠かさず行なうことにしている。そうしないと前述した音楽教科の時間数から考えると、とても行事等をこなすことは不可能だからだ。これらの曲は、毎回すぐ取り組めるように、背面黒板に歌詞を予め書いておくと便利だ。このように、短い時間でも徹底して継続して取り組んでいくことで習慣化が図られ、発声練習が特別なものでなくなり、自然に身につくようになっていく。

ほとんど余談だが、「継続した取り組み」というと、いつも思い出すことがある。それは、私の恩師が工業高校で教鞭をとっているとき（1970年代）の話だ。当時は前述した、いわゆる「校内非行・暴力」が始まったころだ。生徒の多くは「芸術」等からは、およそかけ離れたところにいた。当然、音楽の授業を成立させることは大変難しく、「おとなしく、そこにさえ居てくれればいい」という状態であった。案の定、授業エスケイプは茶飯事で、トイレに抜け出しては何をしているのか分からない、という時代であった。そんな中で歌など歌わせることは至難の業であったに違いない。その先生は仕方なく当時教科書に載っていたドボルザークの「新世界」を毎時間、嫌というほど、繰り返しレコードをかけていたそうだ。やはり、生徒達は「またか！」と言って耳を貸さなかったという。音楽の時間は「音」は流れていたが、ほとんど「おしゃべりタイム」と化していた。

ところが、毎時間、毎時間そればかり聴かせていたところ、とうとう最後にその男子生徒たちは、クラシック嫌いは治らなかったが、「新世界」「あれはいい曲だ」と口々に言って卒業していったという。何ということだろう！まさに「継続は力なり」だ。

【実際の取り組み方法】

1. 合唱台に集合させ、ピアノの音に合わせて「発声練習」をする。

- まず「校歌」を斉唱する。

これは、発声練習というより「声だし」を兼ねたウォームアップである。

- 次に、全音符でド→レ→ミ→ファ→ソ→ラ→シ→ドと上行していく。

- 「ラ」の位置で音程を確認して、口を大きく開かせ、しっかりとフォルテで「LA」の発音をさせる。

- 次にド→シ→ラ→ソ→ファ→ミ→レ→ドと下降させる。「シ」の位置で音程を確認し、特に女声はしっかりと喉を開かせ、頭声発声になっているか確認させる。

○ 「シ」が確認できたら、その響きを崩さずに下方にもっていく。感覚としては低い音も裏声で歌う感じで、しかも声が細くならないように留意させる。

○ 次に、その喉が開いた状態をキープさせながら、今度は口を閉じさせハミングをしながら、もう一度、音階練習をする。このときに響きのポイントを意識させ体内の「骨」まで共振している感覚をつかませていく。

○ パート練習時はピアノの周りに各パートを順番に集めて、個人のチェックをする。その時に男子は「ラ」の音で、女子は「シ」の音でロングトーンさせる。ちなみに、男子の一番優れた者を「ラ王」（ラの音の王者）と呼び、女子のそれは「女子プロ」（シの音のプロ）と分かりやすく呼ぶことにしている。さらに、毎回、良い声で歌えた順にピアノの周りのポジション（右手前から並べる）を変動させていくようにしている。こうすれば、誰が一番良い発声なのか一目瞭然である。

2. 次に「千の風になって」を毎回一回ずつ一番だけ全員で歌う。

○ その時に「オペラ調」（授業では「おっさんの声」と呼んでいる）の歌い方で「秋川雅史」になったつもりで、その声を真似させていく。

○ 女子は頭声発声（授業では「お婆さんの声」と呼んでいる）で歌うが、中には胸声発声を意識させ、男声のように、オクターブ低い声で歌ってもよい。（その時に、極力音程は気にしないようにする）

3. 次に、「もののけ姫」を歌う。この時は「米良美一」のつもりで、特に男子は「裏声」（授業では言い方は悪いが「オネー声」と呼んでいる）を意識して女性のように歌う。

○ 女子は当然、「頭声発声」でしっかりと歌わせていく。以上の2曲は、いつでも取り組めるように背面黒板に大きく歌詞を書いておき、前を向けさせ、良い姿勢で歌えるようにする。

4. 時々、その場に座らせて、個人で発表（チャレンジ）させていく。

○ その際、歌詞を全部歌わせるのではなく、1フレーズごとに。歌詞で言えば1～2行である。

これは、声の質を高めていくのが目的であり「歌のテスト」をしているのではないということである。みんなの前で歌うことへの抵抗感をなくし、良い声の見本になる生徒を皆で認めていくものである。こうすることでわざわざテストなどしなくても、声の質は教師が1フレーズも聴けば手に取るように判断できる。ましてや全曲を一人で歌わせる必要はない。また、この時にピアノの伴奏はつけない。余分な音が入ることを避け、音程よりも、まず「音色」をトレーニングしていく。女子の中で「千の風になって」を胸声発声で歌う者が出てきたら、それはそれで好都合である。拒まずにどんどん発表させていく。このときは男声と同じ「オペラ」の声を真似させ、できるはずはないがオクターブ低い声（おっさんの声）でチャレンジさせていく。当然、教室は爆笑の渦になるが、これは女声と男声の違いをはっきりと認識させるという意図もあり、音色感が鍛えられる。また音がはずれても、「笑ってごまかす」くらいが、逆に皆が安心して楽しく歌える雰囲気醸し出せる。ただ、気をつけたいのは、楽しいだけで授業が進んでいくと、皆が地声で歌い出すことにつながっていく場合がある。そうすると、地声だとそれなりに歌えてしまい、ねらいとする発声指導ができないことになるからだ。地声は極力避けるということがポイントになる。もし地声で歌いたいときは、地声で歌った方が良い曲を歌わせることだ。

【価値観の共有】

発声練習のやり方としては以上であり、とても簡単だ。これは「良い声」に向かって、みんなが同じベクトルで継続して取り組んでいく、という方法である。もう一度言うがこれはテストではない。一人ひとりが「チャレンジ」して

いくのは、良い歌声への価値観を共有するためのアプローチである。遵って、無理に歌わせることは避けなければならぬ。たとえば、色々なタイプの生徒がいるので、恥ずかしくて歌いたくない者を減点しないことだ。皆の前で歌わない者が「悪い」のではなく、歌える生徒が「素晴らしい」のである。だから、歌ってみたいという生徒にはしっかりと手をさせ、自分の出席番号と名前を大きな声で言ってから歌わせる。もし失敗しても、決して批判などはせず、勇気ある行動を称えていく。そして「正々堂々と手も挙げないで、対岸に立って他人の失敗を笑う卑怯者」これを徹底的に許さないことだ。そういう雰囲気をつくっていくことが「価値観」の共有につながっていく。そして「歌わないのは自由だが、歌っているものの邪魔は絶対しない」ということをしっかりと覚えさせていく。以上を徹底していくだけで、「良い声」を聴く機会がどんどん増え、歌声は伸びやかなものになっていく。

実際にこの授業を行ってから、全体の7割以上の生徒が合唱の時に「良い声」（ベルカント唱法）で歌おうとしてきている。私の学校では、各行事の歌で困ることは無い。ただ、未だ家で聴く好きな音楽に「クラシック音楽」を上位に掲げさせることはできていない。今のところは「合唱のときは良い発声」という概念（価値観）が芽生えている

だけだ。これからも美しい歌声を目指し、本当に感動できる音楽体験を通して、心から震えるほどの合唱を創っていきたい。

幸い(?)にも、多くの人間で心を合わせる合唱は個人ではできない。

合唱曲を「良い発声」で歌っていますか？ (中学生260人)	
歌っている 46人	■■■■■■■■■■ 17%
歌う努力をしている . . . 145人	■■■■■■■■■■■■■■■■■■■■ 56%
あまり歌っていない . . . 54人	■■■■■■■■■■■■■■■■■■ 21%
歌っていない 15人	■■■■■■■■■■ 6%

【おわりに】

以上、述べた方法は、至極単純で簡単のため、批判もあるかも知れない。いわゆる「物真似にたよらず、じっくりと正しい発声練習をすべきだ」という人もいるだろう。しかし、そう言う人は、音楽教育の現場をもっと知ってほしい。私は、そう言う人に聞いてみたい。「短い時間でどのようにして見本もなく、生徒に歌いたいと思わせているのですか?」と。もっと効率的な練習方法があるのなら、是非教えてもらいたい。

さらに、男女、両性の正しい発声方法を会得している教師はもっと少ない。男声教諭ならまだ「ファルセット」を駆使すれば女性のような声は出せるかもしれない。しかし、女性教諭となると、その逆はほとんど不可能に近い。

(実は両性の声で活躍している女性歌手は存在はする) そんな中で、短時間で的確な発声の「お手本」を見せることのできる教師がはたしてどれだけいるのだろうか? しかも、ここでいう「お手本」とは、良い声の教師という意味だけではない。その人を真似て歌いたくなるような声のことだ。もちろん、良い発声で歌える教師は五万という。

「芸術は模倣からはじまる」とはよくいった言葉だ。「真似させる」のではなく、「真似したくなる」というところが肝心なのである。それこそが価値観の共有というものであろう。

哀しくなるのは、私が見てきた現場で、「私は正しいことをきちんと教えている。できないのは生徒が悪いからだ!」と囁く先生が結構いるということだ。生徒のせいにするれば話は簡単だ。その人は正しいことを言っているかもしれないが、「言っている」と「教えている」のは、違うということが分かっていない。「教える」ということは「成長させる」という意味が入った言葉だ。是非一度、そういう先生は底辺校と呼ばれる学校でやってみるといい。そして、卒業式の校歌でも担当してみるとわかる。一日と勤まらないはずだ。それほど、この教科は難しいのである。ただ教えることは簡単だ、しかし我々は本当に身についたかどうかまで、責任を取らなければならない。なぜなら結果は当日本番、白日のもとに晒されるのだから。