

日本声楽発声学会

学会通信

第16号

会員の皆さまへ

理事長 米山 文明

学会通信16号をお届けいたします。物心両面に極めて過酷な社会環境の中で、会員の皆様もご健闘の日々と拝察いたします。

いまさら政治を呪い、行政を誹ってももはや手遅れの感ですが、すべての倫理、道徳の規範となる教育の貧困と欠如を痛感します。私たちの学会が関与する音楽・声楽においても例外ではないと思います。2年や3年位で豹変する小手先の思いつきや詭弁を弄しても、所詮は砂上の楼閣です。ほんとうの教育の基礎を築くためには、まさに100年、200年の研鑽の積み重ねの年月を要するはずです。

現在私たちの努力している学会の仕事がたとえ一時的に些細なものに見えたとしても、たゆまぬ努力の積み重ねによって後世に成果をもたらすものであってほしいと願っています。

前号発行以後の学会の歩みを略記します。前号で紹介しました8月研修会（御殿場）は好評でしたので、本年8月再度同じ場所で行うことになりました（8月20、21日）。詳細は追ってお知らせいたします。

8月29日、学会行事ではありませんが、教育部会関連行事として、「全国大学音楽教育学会」年次大会がありました。横浜のメルパルクで3日間行われ、初日の基調講演に私が指名さ

れました。メインテーマは「豊かな心を育てる音楽教育をめざして」で、私の講演テーマは「年齢の変化（加齢）に対応した発声、発語教育について」でした。全国から熱心な教育者が集まり、大盛況でした。その中には顔見知りの日本声楽発声学会会員の方も何人か居られ、平松英子理事も来ておられました。この会に参加した私の印象は「発声教育」に関心を持っておられる方がかなり多く、自身の授業に必要な知識を得るとともに、将来教員になるはずの生徒に何を教えるべきかを真剣に求めておられることでした。私たちの学会もこの学会およびその他いくつかの関連学会と相互連携を取り合う必要を痛感しました。

9月17日は学会研究会として「ウーヴェ・ハイルマン氏の公開レッスン」が横浜の「みなとみらい小ホール」で行われ、多数の参加者とともに白熱したレッスンでした。

10月22日は久しぶりの学会コンサートが文京シビック小ホールで行われ、丹羽副理事長はじめ宮原、川村、末、永井、平松各担当理事のお骨折りで大成功でした。特に永井、平松、山田、川村各理事の演奏はこのコンサートの重みと風格を示す有意義なものでした。

11月12、13日は学会活動の一部を北海道に移して行く機会に恵まれました。以前から学会の諸活動を地方にも拡げて行こうという気運もあり、地方会員との交流や会員拡大もテーマになっていました。今回はたまたま北海道の岡元真理子会員の熱心なお力添えがあって実現しました。会の要約は次の通りです。北広島音楽協会（岡元会長）の主催と本学会の共催の形で、11月12日於北広島芸術ホール。参加者（講師）は、米山、永井、小川、中山各会員と西村事務局員でした。内容の詳細は、学会誌37号に譲りますが、呼吸と発声の解説と実技、教育部会の活動状況と発声教育の諸問題が中心。地方会員との活発な討論でした。

11月13日は北翔大学学習コーチング学科で講

演（講師：米山）。テーマは「幼稚園、小学校教員を目指す学生のために」でした。

学会活動の地方への拡大、地方会員との交流、会員増強等のためにたいへん参考になりました。

11月の88回例会では、小宮正安先生の講演と波多野陸美先生の演奏、前日の教育部会での秋山治子先生の講演は、それぞれにたいへん興味深く、有意義なものでした。これも詳細は学会誌37号に紹介されます。

現在進行中の理事会の中心業務は、研究発表規定の改定案（学会誌投稿規程も含め）、さらに一歩進めた会則の一部変更案も検討中です。また懸案の用語集作成も進行中です。

現行年度の最終年に向けて執行部は努力中です。会員の皆様のご健勝とご活躍を祈念するとともに学会へのご協力を切にお願いいたします。

〔Q&A〕

前回（87）例会の研究発表の一部で若干論点になった呼吸形式について意見を述べます。

一般的に呼吸の形式は胸式と腹式に大別されます。安静時（発声していないとき）の呼吸は胸部と腹部はほとんど同時に動きます。これを等時性（Synchronism）といい、このときは胸部と横隔膜はほぼ同時に動いています。ところが発声時（話すとき、歌うとき）には同時に動かず、時間的なズレが起こり、これを非等時性（Anchronism）の現象といいます。これについて過去に内外の多くの研究があり、それを要約すると次のようになります。

発声時、特に歌う場合には熟練した歌手では、腹部の動きと横隔膜の動きが時間的にズレ、同時に動きません。腹部と横隔膜だけではなく、腹部と胸部も非等時性が顕著になるといわれています。つまり歌うとき、話すときには非等時性がある方が有利ということです。ある程度パターンの決まっている横隔膜の動きと、かなり

複雑な動きの可能な補助呼吸筋すなわち腹筋群（腹筋、背筋、骨盤筋、臀筋その他）とが同時に動くのは歌手としては未熟ということになります。

まとめると、発声時に望ましい呼吸とは、①腹部周辺の動きと横隔膜そのものの動きとは非等時性がある。②胸部の動きと横隔膜そのものの動きとはほぼ等時性がある。③胸部の動きと腹部周辺筋群の動きとは非等時性がある。ということになります。（F. Y）

呼吸筋群について

米山文明

平成18年8月21日の学会夏季研修会で私が担当した「呼吸」に関する話の中で、私的な理由で恐縮であるが、緊急入院直後で健康不良と時間不足のため資料配布や説明不備があった。

学会誌あるいは学会通信での再記述を望まれた会員があったので、ここで記述する。記述字数と図表の印刷制限のため解剖図は省く（既刊の解剖学専門書を参照されたい）。

I 呼吸筋群

(1) 吸気の主動作筋群

外肋間筋、胸肋筋、横隔膜。

(2) 吸気の補助筋群

① 頸椎固定時のみ：胸鎖乳突筋、前斜角筋、中斜角筋、後斜角筋。

② 肩甲骨と上肢が既に外転位の時のみ：大胸筋、小胸筋。

③ 上肢が既に外転位の時のみ：前鋸筋の下部線維、広背筋。

④ 後上鋸筋、腸肋筋上部線維（上方で第3～第7頸椎横突起に、下方で上位6本の肋骨弓に）。

II 呼気筋群

(1) 呼気の主動作筋：内肋間筋

① 立位時、肋骨はそれ自体の重量（重力）で引き下げられる。

②骨軟骨成分と肺実質の弾性の結果起こる胸部の拡張反動による他動的過程。

③呼気のために必要なエネルギーは吸気筋によって発生し、胸郭や肺の弾性成分によって蓄えられたものからの放出（発声のための筋活動のエネルギーは1000分の1から10000分の1ボルト）。

(2)補助呼吸筋群：補助ではあるが主要で強力な呼吸筋群である（腹筋群）。

①腹直筋 ②外腹斜筋 ③内腹斜筋 ④腸肋筋の下部線維 ⑤最長筋 ⑥後下鋸筋 ⑦腰方形筋。

* * *

オペラ歌手のためのヴォイストレーニングを見学して —ウィーンにて—
豊田喜代美

O氏のヴォイストレーニングを見学させていただきました。O氏はウィーン国立歌劇場専属の若いバリトン歌手で、以前に共演してから家族ぐるみのお付き合いですが、実際に会うことは年に数回です。今回、私がO氏のヴォイストレーニングに興味を持ったのは、昨年秋のオペラ公演での歌唱を2年ぶりに聴いた際、彼の声量が格段に増し立派な声質の歌声になっていたことに驚いたからです。O氏が15年来ついているヴォイスコーチは某歌劇場で歌っていたS氏でテノールです。

私が見学したトレーニングはO氏のオペラ公演当日の公演開始3時間前、劇場から35分くらい離れたコーチの自宅で始まりました。内省的で静かな性格のO氏と火のようにエネルギーギッシュなS氏のトレーニングは、15年間共にしているとは思えない新鮮で真剣な雰囲気、気の抜ける瞬間のない内容は発声練習が80%、今夜O氏の歌う部分が20%の割合でたっぷり1時間ありました。発声練習の内容は、呼吸を

声につなげるためのハミングが60%、üとuでの発声練習が40%です。O氏が言うには、S氏のトレーニングを受けて劇場に入ると、その1時間後には声と身体のコンドィションが整い、自分の歌唱の準備ができあがるということです。O氏は今回、これまでより大きな役を歌うことになり、本番の日、劇場に入る前にコーチ宅で発声練習と歌う部分の練習を受けたのですが、S氏のコーチを受けると精神的にもエネルギーギッシュになるのだそうで、「自分にはとても合っているコーチ」とのことです。自分に必要なものを与えてくれるコーチを持つO氏のような歌手は、それだけでも大きな才能を得ているといえないでしょうか。

ヴォイスコーチのS氏は「年齢とともに歌唱技術は向上し、声もよくなる。そのことはフレーニ氏の歌唱を聴けばわかるだろう」と言います。グルベローヴァ氏は今も1週間に1度ヴォイスコーチのトレーニングを受けていることは知られています。グルベローヴァ氏のオペラ公演に関わる展示会が国立歌劇場のマーラーザールで行われた際、衣装などとともにグルベローヴァ氏とコーチが一緒に写された大きなパネルが掲示され、そこからは「私はこのコーチと共に歌ってきました」というグルベローヴァ氏のメッセージが感じられるようでした。S氏は「ミレッラ・フレーニ氏もヴォイスコーチについている。73歳の今も歌声はさらによくなっている。フレーニ氏は一音一音すべての音を把握してコントロールしている」と言い、「一音でも適切な発声はずれるとそのフレーズの歌唱はよくない。それはジューリ氏も記述している」とのことです。15年間、O氏の音楽大学時代からヴォイスコーチを務め、O氏の歌声を確かに成長させているS氏の言葉には重みがあります。「自然な声のよさで、若い頃のデビューが成功しても、4、5年経つと声がゆれてきたり音域が狭くなったりする歌手は多い。ほとんどである。それはテクニックがないからで、テクニックが身に

つくのは、日ごろの正しいトレーニングが有るか無いかで決まる」さらに「このような状況の中で、なぜミレッラ・フレニ氏は今も完璧に歌い、歌唱技術が向上しているのか。それはテクニックが完璧だから」とS氏は言います。

劇場の歌手はコレペティとの練習が最低2時間、指揮者とのリハーサル、舞台でのリハーサルなど一日中歌い、公演が近づくとさらにオケ合わせ、ゲネラルプローベ、数回の本番と、歌手の声はたいへん厳しい状況に置かれています。

このような劇場制度の中では、歌手が声を健康に保ちつつ歌唱技術を向上させていくためには、ヴォイスコーチの役割が大きいことがうかがえます。では、よいヴォイスコーチがいれば、それだけで歌唱技術は向上するかといえば、そういうものではないと私には思えます。新婚の奥さんと赤ちゃんをあやして楽しそうにしているO氏を見ていると、彼を歌手として充実させているものは、コーチと重ねている訓練によるものだけでなく、家族を持ち人間的に豊かになったことがトレーニングに向う気持ちを進化させ、成果を大きくさせているように感じます。

ある日、ご馳走になった奥さんの手料理はシンプルでたいへん美味しく、メランジェと共にいただいた彼女の父親秘伝のチョコレートケーキは頬っぺたが落ちそうでした。そんな彼女の毎日の手料理が、彼の歌唱の元になる楽器である身体の健康を保ち、笑いの絶えない明るい家庭を築き、よいコーチについてトレーニングを重ねていることと共に、彼をオペラ歌手として成長開花させている要因と思えたのでした。

(会員 声楽家)

第10回教育部会開催のご案内

- ・日時 5月30日(土) 13時~16時半
- ・会場 東京芸大音楽学部 1-2-21 教室

学校における発声教育の重要性について

講師 米山文明(米山耳鼻咽喉科院長)

歌う言葉 語ることば

講師 平松英子(東京芸大准教授)

オペラとミュージカルのはざま

講師 蔵田雅之

(フェリス女学院大学教授)

講師は、いずれも本学会会員。

フリートークング

- ・会費 2,000円 出席希望者は、5月25日まで
に下記郵便振替口座に納入してください。

郵便振替 00170-0-119920 日本声楽発声学会

[会員日より]

◆カヴァッレリーア・ルスティカーナ公演◆

5月6日(水) 於長野県民文化会館

総監督: 飯田忠文(本学会相談役・会員)

ほか会員の北村知榮・吉池春子、支部会員、
学会参加者が出演。好演が期待される。

◆楽譜出版◆

「マタイ受難曲 口語日本語版」

山田 実訳・編曲

日本キリスト教団出版局 3,000円

[事務局より]

- ◎学会誌、学会通信への投稿をお待ちしております。演奏会、出版、CD制作ほか近況等を事務局までお寄せください。事務局長 川上勝功

学会通信 第16号

平成21年5月1日

日本声楽発声学会事務局

〒275-0005 習志野市新栄2-9-2 西村暁子方

TEL/FAX. 047-479-5701