

クラリネット演奏における基礎練習に関する一考察（1） —小・中学生の初心者のためのロングトーン及び跳躍練習について—

A Fundamental Practice for Clarinet Playing —Long-tones and Break-Crossing for the Beginner in the School Band—

河内 勇*
KAWACHI Isami

When students learn to play Clarinet at first time in Japan, they usually play clarinet in a school band as an after school activity. Most of bands have practice and rehearsal every day, so students are improving quickly. However, since students are learned to play the instrument by elder students or the band director, they usually learn just how to play an each passage, but not how to practice it fundamentally. There are a lot of textbooks, methods, or DVDs for bands and instrumental playing. Students, and band directors are using them easily, but we cannot say that they include enough fundamental practice section. Young students, especially beginners, should learn much more basic fundamentals before higher fingering technique which band itself requires.

In this short essay, I am going to propose some basic practice ideas to play clarinet for beginners. They are showing not only how to practice them concretely, but also why these ideas are important, and where the goals of the ideas are. Students don't have enough time to do warm-up themselves in the band activity, but the basic fundamentals will be the closest way to be a better player. Although, the rehearsal schedule for the most of band would be very tight, I hope the students or the directors find some good warm-up time for their tone quality. There are a lot of topics for the basic fundamental practice, and each topic also has a lot of ways to solve it. I am choosing two most important things like the practice of Long-Tones, and intervals over the Break-Crossing in this time. These practices will help for young beginners to understand what they need to do in the beginning of the warm-up. And then, even much more advanced students could be able to use them for daily warm-up.

キーワード：クラリネット，基礎練習，ウォームアップ，ロングトーン，跳躍練習

Key words : Clarinet, Basic Practice, Warm-up practice, Long-Tone Practice, Intervals over the Break-Crossing

はじめに

クラリネットという楽器を演奏，そして指導してきていつも感じていることは，いかにして練習をスタートさせるのか，ということである。楽器の演奏にあたり，たとえプロ奏者であっても，一日中楽器を吹き続けていることはまれである。それゆえ，その日の最初に吹く瞬間に始まって，体，アンブッシャー，楽器本体，それぞれが次第に暖まり，演奏モードに入っていくまでの時間，いわゆるウォーミングアップに当たる時間は，最も繊細かつ大切な時間であるといえる。最初の段階で違う方向性に向かってしまった場合，当然のことながら違う目的地に達するわけであり，その修正は大変である。特に楽器の演奏の場合は，余分につけてしまった筋肉や体の癖を直すには，その数倍もの時間と労力を必要とすると考えられる。一日の始まりの，ほんの数分，数十分を真剣に見つめることが上達への第一歩なのである。

学校教育の中では，クラリネットという楽器の演奏を

正規の授業で教わることは基本的にはないのであるが，課外活動としての吹奏楽では最もポピュラーな楽器のひとつであり，その演奏人口も最大である。しかし，初めて楽器を吹き始める段階で，きっちりとした形の基本的な事柄や，練習方法を教わっている小・中学生はきわめて少ないと言わねばなるまい。プロの演奏家による個人的なレッスンを定期的に受け続ける以外は，部活動の顧問，あるいは1，2年先輩の生徒から教えるを受けないのが現状である。教則本やDVDなども初心者向けに数多く出されているが，早々に技術を向上させることに目が向けられている場合が多く，じっくりと本質を見据えた，長期間使うにたる基礎練習はあまり紹介されていない。

管楽器は，ただ吹き続けているだけでも“それなり”の音を出すことは可能である。そのために，ほとんどの初心者が，きっちりとした基本を学ぶことなくその音楽活動の中で，その場しのぎの演奏からスタートしてしまっ

ているのが現状ではないかと感じている。確かに心ある多くの部活動指導者たちは、自らも勉強し、また外部からのプロの演奏家たちを迎えて、日々生徒たちのために努力を続けているのであるが、どうしても目の前にある行事に対する技術の向上にばかり目が向きがちである。生徒たちには、技術の向上のためには基本練習が重要であり、多少時間がかかっても、最終的にはこれが近道になる、ということを実の意味で理解させていくべきである。その上で、その実現のための具体的な練習方法はどのようなのか、を提示していくことが本小論の目的であり、生徒たちが日々の活動の中で迷いなくクラリネットを演奏できることを期待している。

一口に基礎練習といっても、必要とされる項目は多岐にわたり、その方法も数多くあるのであるが、本小論では基本中の基本としてのロングトーン練習、及びレジスターを越える跳躍練習に重点を置いてまとめてみた。初めてクラリネットを習う生徒たちのための指標となることが第一の目的であるが、実は初心者に限らず中・上級者においても充分使用に耐えうる練習内容であると考えている。

I ロングトーン練習

管楽器奏者にとって、ロングトーン練習が基本中の基本であることは自明のことである。これはたとえ初心者においてもしかりである。ほとんどの生徒たちも、彼らのバンド活動の中で毎日行っているものと思われる。しかしながら、なぜロングトーン練習を行うかについて、明確な理由と意思を持っている生徒は少ないのではないだろうか？ただ単に、その日の活動の始まりを表す儀式となっているのではないか。筆者の生徒たちに質問した場合（彼らは決して初心者とは言えないのであるが）、『耐久力をつけるため』という答えが帰ってくる人が多い。楽器の演奏には筋肉運動が伴うので、それは一面において正しい。しかし筋肉の耐久力をつけるためだけならば、なにも同じ音を長く伸ばすばかりが必要ではなく、ほかの練習でも長く行えば良いだけである。

ロングトーン練習において重要なことは3つある。第一にはアンブッシャー（演奏の際の口や唇、またその周辺の筋肉の形）を確立することである。次にそのアンブッシャーを持続もしくは調整しながら、呼吸もコントロールするということである。そしてその上で、俗に言う『如何に長く吹くか』という問題に突き当たることになる。ただし、ここで考えなければならないことがある。ひとつの音を長く吹くということは大切なのであるが、ただ単に、同じ調子で伸ばす練習ばかりを行っている場合、実際の音楽的フレーズの中で考えられる、大きな問題の解決にはならないということである。それは、演奏者の長い一息の中で、音階的な動きや、跳躍が入るとア

ンブッシャーに乱れが生じやすく、結果として音質、音色に統一性がなくなりやすい、という問題である。一息中、同じ音ばかり延々とロングトーンする練習は、この意味においてあまり意味がない。単音によるロングトーンをある程度行なった後には、ひとつの音を長く吹く感覚や筋肉の動きをキープしながら、スラーのままに徐々に音を変えていくようなロングトーンを取り入れることが望ましい。考えられる諸問題を同時にクリアしながらロングトーン練習を行うのと、『ただ単に長く吹く』という練習は似て非なるものであり、それは場合によっては『余分な筋肉の緊張を促すための練習』にしかならないのである。

したがって、同じロングトーン練習の中にあっても、アンブッシャーの形成に必要な筋肉の緊張と弛緩に配慮した練習パターンや、呼吸の強さや速さ、あるいは管体に流れる息の量に対応するための練習パターン、さらには時間的な長さや、音量の強弱、音域の高低に対応できる練習パターンなどと、それぞれの目的にあったパッセージを順次練習して行くべきである。

1 呼吸だけでのロングトーン

初心者であれ、上級者であれ、その日の練習における一番初めに出す音に最も注意を払いたいものである。だが、そのまえにまずは呼吸のみで、4拍吸って8拍吐くという練習を1、2回行うべきである。慣れてくれば、10拍でも12拍でも伸ばしてよい。上体はリラックスさせ、吐く息の強さ、速さにかかわらず、空気の流れが口先よりも数十センチ先まで勢いを失わぬように気をつける。この練習では楽器はくわえないで、ただしアンブッシャーのみをセットして行なうのがよい。

ここでひとつ重要なことは、息を吐き終わった後、すぐに吸い始めるのではなく、最後の余韻が消えるまで2、3秒の間、上体をリラックスさせて置くということである。息が無くなっていくにつれて、横隔膜近辺では意識的に筋肉の緊張を高めていくのであるが、同時にそれ以外の部分、肩や首回り、また胸の辺りを弛緩させて行くことが意外に難しい。管楽器の演奏においては、最低限の部分にかかる緊張や圧力以外では、出来る限り弛緩された状態にあるべきなのである。そのバランス感覚を身に付けるための練習は、一時にあらゆることを行わねばならない楽器演奏の最中ではなく、この呼吸だけのロングトーンで行なうのが理想的である。

2 その日の始まりのロングトーン

次に、前項でも触れたその日の最初に出す音であるが、ほんの1、2秒のリード慣らしは別にして、慣らしやすく、少し抵抗のある音から始めるのが理想である。ここでは低音のシb（実音Ab）を使用する。本当の初心者

であれば、もう少し楽に出せるミ（実音 D）やファ（実音 E \flat ）、中級者以上であれば、抵抗の強い低音のソ（実音 F）あたりでも良いであろう。

具体的には、まずメトロノームをテンポ60かそれ以下にセットする。吹き始めはフォルテで強く、そして自然に楽になって行くようにディミヌエンドをかけて行く。長さについては8拍でも12拍でもよいが、“息の無くなるまで”が理想である。ただし、実は長さはあまり問題ではない。あくまでも自然な息の流れと、前項で練習した緊張と弛緩のバランスを意識することが大切で、その上でアンブッシャーや音程、音質に気を配ればよい（譜例1）。回数や使用する音はその時々で変えても良いが、音を変える場合は、少しずつ抵抗の強い音へ（具体的には低いほうへ）動いて行くべきである。この段階では、レジスター・キーは使用しないほうが良いであろう。



初心者であればあるほど、前項で練習した呼吸だけの練習と、この練習での演奏できる長さの違いを感じるであろう。原因はいろいろと考えられるが、アンブッシャー近辺の筋肉の弱さや、リード自身の持つ抵抗、“嘔みつき”による気流のストップ、体の筋肉の緊張、呼吸自身の勢いの弱さ、さらにはこれらの複合の場合も考えられる。結果として、呼吸は残っているのに、リードの振動を維持できなくなる瞬間が出てしまう。ロングトーン練習の中で、これらの考えうる原因を、ひとつひとつ意識しながらコントロールする訓練をするのである。

こう考えてくれば、“息の無くなるまで”ロングトーンが続けられるというのは、その時点でかなりの熟練者でなければならない、ということである。生徒たちのほとんどは、その実力の差にかかわらず、同じような問題と悩みを抱えてロングトーンを行なっていると考えたほうが良い。ただその現象が音の有無として現れるのが、8秒後なのか、その数秒後なのか、といった程度の違いなのである。したがって指導者の立場としては、生徒たちがその音質や、呼吸とのバランスなどに関して、自然な形で調整、コントロール出来ているかどうか、に注意が向くよう普段から指導して行くべきである。

“長さはあまり問題ではない”とは、こういう意味である。

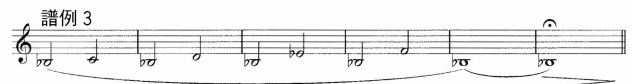
3 指使いを変えていくロングトーン

ひとつの音を長く伸ばすことは、ロングトーン練習の基本中の基本である。しかしその安定した基本の形を、刻一刻と変わる体や呼吸、さらに指使いや、管体の長さの如何にかかわらずに保ち続けることは、より重要な練

習になってくる。指使いが変わるということは、当然その穴（トーンホール）から漏れる空気の間隔が変わることであり、響かせる管体の長さや抵抗も変わってくるのである。

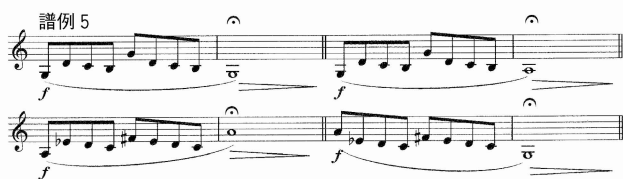
したがって、ロングトーン中に指使いを変えていくという練習は、管体の抵抗を感じながら、前項までの基本の奏法を維持してゆく練習になるのである。この練習パターンは、最終的には音階練習や曲の演奏にも繋がる、より実践的な練習になるため、焦らずにアンブッシャーのチェックを続ける必要がある。具体的なひとつのアイデアとしては、手のひらのサイズの鏡を譜面台の上に置き、常に自分自身のアンブッシャーを確認しながら練習する、ということを進めたい。たとえ無意識であったとしても、音の変わり目に少しでもアンブッシャーが乱れたり、動いたりせぬよう集中するためである。

この練習では、再び低音のシ \flat から始め、2分音符にてド→シ \flat →レ→シ \flat と移動し、最後の音は長くロングトーンでディミヌエンドしていく（譜例2）。次に同じパターンの練習を少し長めに、完全5度上のファまでかけて行く。プレスが必要であれば、どこかで充分に取ってもいい（譜例3）。さらに、動きの向きを反対にしてファ→ミ→ファ→レ…と低音のファ（実音 E \flat ）まで吹く。この練習では音域が低く動いて行くために、アンブッシャーにかかる抵抗が強くなっていく。下顎の形に変化が現れていないか、鏡によるチェックをし、またそのときの顔や口の感覚を覚えるようにしていきたい（譜例4）。その後、同じ音域で動きを逆に、低音のファからオクターブ上のファまで行い、抵抗が弱くなっていても、アンブッシャーがだらしなくならないよう練習をすることも必要である。



4 跳躍を含んだ低音ロングトーン

音階的な動きよりも、跳躍を含んだ動きのほうがアンブッシャーに与える影響は大きい。指の上げ下げが引き起こす、管体の長さの移り変わりが、アンブッシャーにとっては直接的な抵抗感の違いになって感じられる。そして下顎や、上唇付近にある、伸ばされ、あるいは固められていた筋肉が、“急激に”または“だんだん”と弛んでくる原因になるのである。



ここでの練習は、幾つかの跳躍を含む音を吹いた後に低音で長く伸ばすロングトーンである（譜例5）。全ての音はフォルテで演奏し、最後のフェルマータに入ってからではデミヌエンドをかけていく。これは息の続く限り伸ばすよう心がける。注意点としては、第1小節目の8分音符による動きの時にはフォルテであるが、同時にスラーのなめらかな音質を出来るだけ保つ、ということである。特にソ→レ、シ→ソ、という跳躍時にアンブッシャーを動かしたり、息を弱めて抵抗を少なくすることにより、結果的に細い音で吹いてしまうのを避けるべきである。

アンブッシャーがしっかりと固まるまでは、この跳躍時にリードミスが出やすくなる傾向がある。しかし、それを気にするあまり十分な呼気を管体に送り込まなければ、かえってその意味はなくなるのである。リードミスが起こる原因は、呼気の勢いにあるのではなく、リードの振動を受けとめるべき、下唇を中心としたアンブッシャーに揺らぎがあるからである。アンブッシャーの揺らぎを安定させるためには、付近の筋肉があらゆる抵抗や圧力に対して耐えうるが必要となってくる。つまり、練習であるからこそ、呼気の持つぎりぎりの抵抗と圧力を維持しない限り、アンブッシャーの問題は一向に解決しないのである。

この練習については、筆者はあらゆるロングトーン練習の中でも最も効果的であり、毎日のウォームアップの始めに欠かせないものであると考えている。したがって、どの程度の時間、あるいは何小節間やるかについては、“アンブッシャーが耐えきれなくなるまで”が基本である。ここでは譜例5の続きとして、A.ギャルパー氏の『Clarinet Scale & Arpeggios』^{註1)}より、1つのアイデアとしてのパッセージを示しておく（譜例6）。各小節を別々のパターンとして、次小節の始めの音でロングトーンを行うのである。筆者の経験でいえば、全18小節行えば10分程度必要で、初級者で5小節程度、中級者では10小節程度、時間的には2、3分連続すれば筋肉の疲れが見え始める。各生徒の実力に応じて長さを決めていくのが良いであろう。

5 スロートノートに絡むロングトーン

前項までは低音域、いわゆるシャルモー音域の使用を中心としたロングトーンについて述べてきた。ここにおいては、シャルモー音域とクラリオン音域を結ぶスロートノートを使用したロングトーン練習について考えてみ



たい。

シャルモー音域とは、俗に言う“開放のソ”からソ#, ラ, シbの音域である（譜例7）。この音域はほとんどの指が開いているために、楽器を安定して支えることが難しい上に、管体が短くなり、息の抵抗がほとんど感じられず、リードミス発生率がきわめて高い。特に、もう少し高い音域のクラリオン音域とこのスロートノートを跨ぐことを、レジスターを越える、またはブレイク・クロッシングと言い、ここをスムーズに吹くことは、クラリネット演奏上における最も難しい技術の一つとされている。その練習については章をあらためて述べることとして、ここではシャルモー音域と、スロートノートとの間でのロングトーン練習を取り上げることとする。

譜例7



まず始めに、2分音符で低音のファから6度上のレ、続いてソ→ミ、ラ→ファと進んでゆき、スロートノートのシbからラに達したところでロングトーンを行う。またその反対の動きで、スロートノートのシbより下がってくる練習や、2度、3度、4度と跳躍をだんだん広げていく練習、あるいは近づけていく練習など数種類の組み合わせで練習する必要がある（譜例8）。

譜例8



大切なことは、スロートノート付近で音の線が細くならないことである。出来るだけ大きな音で息を弱めずに、そしてその呼気に耐えうるだけのアンブッシャーを作ることが目標となる。たとえ、この練習過程においてリードミスが出たとしても、下顎の張りや、上唇近辺のカバーの仕方、あるいは口腔内でのヴォイスングの練習中であ

る、という意識を持つべきである。リードミスを避けるが故に弱々しい音質になるのであれば、この練習の効果は薄いと言わねばなるまい。

II レジスターを越える跳躍

前項で示したとおり、レジスターを越えてスムーズにクラリネットを演奏することは、最も難しいことのひとつであり、初心者が最初にぶつかる壁である。スロートノートのラから、ひとつ上のシに向かうことがいかに困難なことであるか、またそれを克服したときの喜びがいかに素晴らしいものであるか、筆者自身も良く覚えている。

レジスターを越えるということが、なぜそれほど難しいのであろうか？考えられる第一の理由として、なんといっても指使いが非常に難しい、という事がいえる。すべての指で穴を押さえた上に、左右両小指を押さえ、さらにはレジスター・キーも使用する。これでは息漏れを防ぐだけでも至難の業である。特にラから上がる場合は、ほとんどすべての指が開いている状態からなので、長い練習期間を要するのである。

次に、その指使いからもわかるように、演奏者にとって管体の長さが大幅に変わるということである。当然アンブッシャーにかかる抵抗や圧力も大幅に変わり、それを支える口周りの筋肉への影響は計り知れない。アンブッシャーを支えるためには、最低限の筋肉の緊張は必要なのであるが、それを越えたプレッシャーに対して、余分な緊張で、無理やりにコントロールしてしまいがちである。結果として音質や音色、音程など全てにわたってスムーズであるとはいえない、無理のある演奏になりがちである。

そして最後に、管体の長さの違いは演奏者の呼吸にも影響を与えやすい。息の入りやすさ、抵抗感などが大幅に変わるために、無難に音を発音するためだけに、呼吸を置きに行くように吹いてしまいがちである。充分な息を楽器に入れ続けるためには、十分に訓練されたアンブッシャーでリードの振動を支えなければならないのだが、初心者には大変難しいものである。

一般的に言って、レジスターを越える跳躍の練習の場合には、同じ指使いでレジスター・キーのみを使うか使わないか、という練習が基本になる。クラリネットの場合、この跳躍の幅は12度である。つまり、まったく同じ指使いで、レジスター・キーを押すだけで、ドがソになり、ミがシになるのである。このレジスターを越える練習に関しては、いくつかの練習方法を提示したいが、その前にレジスター・キーの押さえかたそのものについて考えてみたい。その後、毎日使える具体的な練習パターンと共に、大切なポイント、及び注意しなければならない点などについて考察していきたい。

1 レジスター・キーの押さえ方について

低音域のシャルモー音域、あるいはスロートノートの音域から、クラリオン音域に移行するためには、管の上部裏側に位置する『レジスター・キー』を使用せねばならない。具体的には左手の親指でキーを押すのであるが、ここでの指使い、フィンガリング・ポジションに特徴がある。

まず、第一に左手の親指は、その腹の部分で穴を押さえるという役目を持つ。その上で指先を使ってレジスター・キーをコントロールしなければならない。穴を押さえる腹の部分は、指先がレジスター・キーを押す、押さないにかかわらず、常に同じ部分がリングに接していることが望まれる。初心者の場合、レジスター・キーを押す場合と、押さない場合で親指の位置を大幅に移動させてしまうのを良く見かけるが、出来るだけ早くこの癖は直さなければならない。

親指の角度を上下の管体に対して、左斜め下から右斜め上に向けて、約45度の角度で置くのが望ましい。そして指先の左側を使ってレジスター・キーにタッチするのである。その際、第一関節を曲げることにより、レジスター・キーを押さえたり、放したりすることが重要である。関節を曲げる角度を調節することにより、穴を押さえたままレジスター・キーを押さえる、放す、あるいは穴を放したままレジスター・キーだけを押さえる（スロートノートのシbなど）というコントロールをつけさせるのである。

第一関節を使わないで、親指を直立させたままレジスター・キーを使用している生徒が非常に多く、彼らはそのコントロールのために手首を大きく動かしたり、腕そのものを動かしたりしている。これでは余分な緊張が体中に入ることになり、クラリネットの演奏上に必要とされるスピードについてゆくことは出来ない。

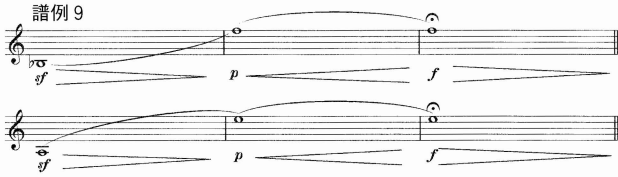
指の動きは、直接的に楽器に触れることになるので、ややもすると管体やアンブッシャーのプレを誘発することが多い。これをコントロールすることが、フィンガリングの第一の問題点であるが、その意味においては、左手親指のポジションは、何よりも基本としてマスターすべきである。ここからの各練習においても、本項での指使いを常に意識してもらいたい。

2 12度の跳躍とロングトーンの練習

前項で示した左手親指の使い方を練習するためにも、また音域が変わってもアンブッシャーに揺らぎが出ないようにするためにも、ロングトーンを絡ませた12度の跳躍練習が有効である。何の音から始めても良いが、ここではシャルモー音域のシbからクラリオン音域のファへの跳躍、そして同じくラからミへの跳躍からはじめることとする。これらの音は低すぎもせず、また高すぎもし

ないため、アンブッシャーにかかる抵抗も少なく、初心者であってもコントロールしやすいからである。

まずテンポの設定は一分間に60にし、全音符にてシ♭の音をフォルテで吹く。この際4拍間の間にデミヌエンドをかけていき、次の小節ではピアノのままファの音に跳躍する。そしてファの音を2小節かけてクレッシェンド、デミヌエンドし、出来るだけ長く音を伸ばす。同じパターンで、一音下のラからミでも行なう（譜例9）。



この練習での注意点としては、まずデミヌエンドされたシ♭の音色、音質をそのままにして、ソフトなファの発音を行なえるかである。その際にファの発音で、音が飛び出したり、またかすれてしまわぬよう気をつけなければならない。そしてこのパターン全体を通して、ロングトーン練習と同じように、アンブッシャーの安定感、またプレス・コントロールの安定感などにも気をつけるべきで、いかにスムーズに息で、このパッセージを吹ききれるか、ということに常に意識してほしい。そして慣れてくれば、ほかの音すなわち、低音のミから高音のドにかかるまでの、あらゆるパターンも練習してレジスターの変わる感覚を身に付けていくべきである。

3 12度の跳躍とアルペジオの練習

次に挙げる練習は、12度の跳躍後にアルペジオにて低音まで降りてきて最後にロングトーンを入れる練習である。なお、このパターンに関しては前出の『Clarinet Scale & Arpeggios』より Register Change Exercise を題材にしており、具体的なパターンは筆者が、この本の著者で元トロント・シンフォニーのクラリネット奏者である A. ギャルパー氏から受けた教えをヒントに考え出したものである（譜例10）。ここでは C dur, a moll, F dur, d moll の4例だけを示しているが、最終的には全12種類の長調と短調、合計24種類をしっかりと練習するべきである。



実のところ跳躍の練習は、上行形よりも下行形のほうが難しいものである。特にレジスターを越える下行形の跳躍は、リードミスを誘発する可能性が非常に高い。この場合、大きな跳躍でレジスターを越すよりも、小さな跳躍、例えば3度や4度で越すほうが比較的楽であり、練習という意味においては、このアルペジオを使った下行形の跳躍は非常に効果的である。

レジスターを越える跳躍では、管体の長さにかかわらず、下顎が緩まぬよう注意する必要がある。その際には下顎ばかりでなく、口腔内での舌の動きも大切である。基本的に、口腔内の空間が横に大きく広がった状態や、舌の位置が、あまりにも下側の奥のほうにセットされている状態は避けるべきである。口腔内の空間は、縦に長い顔を作る感じで、そして舌は上顎に添うような形でセットするのが良い。さらにもうひとつ付け加えるならば、鼻の横から上唇に続く筋肉の使い方も重要である。

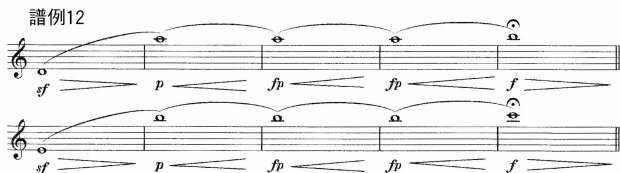
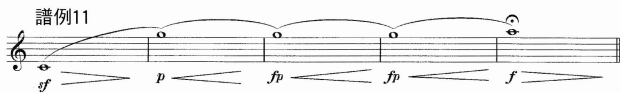
アンブッシャーを作る場合、上歯はマウスピースに直接触れており、楽器と口との間を安定させる役割を持っているのであるが、実は上歯よりもその周りの、俗に“鼻の下”と呼ばれる辺りの筋肉の持つ役割のほうが重要なのである。アンブッシャーの上部は上歯で支えるというよりも、むしろ上唇とその周りの筋肉で支えるというくらいの意識が必要である。この辺りの筋肉をマウスピースに向かって、少し締め付けるように下向きに力を加え続けるのである。特に大きな跳躍が絡む場合には、この動きが音質を均一にするために必要で、レガート奏法の要となるのである。

レジスターを越える練習というのは、ただ単に指使いだけを練習して行えるものではない。その瞬間のアンブッシャー、楽器のブレ、呼気の勢い、口腔内の形、舌の位置、そして鼻の下辺りの筋肉の使い方など、あらゆる事がらを一度に行ないながら、一つひとつ入念にチェックして作り上げていくものである。

4 12度の跳躍とフォルテピアノの練習

本小論を通じて常に大切にしたいことは、管体の長さや、息の多さ、音量の大小、または筋肉の疲れなどにかかわらず、常にアンブッシャーが安定していることである。レジスターを越える練習においてもその趣旨は同じであり、あらゆる条件を想定して、基本練習の上に少しずつそのバリエーションを重ねていくことが理想である。本項ではⅡ-2で示した跳躍とロングトーンの練習に少し変化を加えたパターンを提示することとする。第1小節目はテンポ60の全音符にて、シャルモー音域のドの音から始め、次の小節で12度上のソに上がり、数回のフォルテピアノを経て最後にはもうひとつ上のラに上がってロングトーンを行なうのである（譜例11）。ここでは譜例通りの音量差をきっちりとつけて練習するのが大切で

ある。クレッシェンドの後のフォルテピアノの瞬間にアンブッシャーが揺らいだり、腹による呼気の支えを失わないようにしてほしい。また、最後の小節でソからラに変わるのであるが、フォルテで音を変える場合、上唇でしっかりとアンブッシャーの上部を支えておく必要がある。さもないと音質的に拡がった、遠慮のないサウンドになってしまうからである。このパターンすべてを、一息で吹ききくことは初心者には大変難しいことと思われる。そのときに応じて、テンポを少し速めに設定したり、フォルテピアノの回数を減らしたりして対応しても良い。続いて同じパターンの練習を、それぞれ一音ずつ上がった、レとミから行なうとよい（譜例12）。楽譜だけを見ていると、さほど難しそうには感じられないのであるが、先ほどの譜例11に比べて、技術的には格段に難しくなっている。それは最終小節の高いシヤドのディミヌエンドが原因である。これらの音はソフトに吹けば吹くほど、アンダートーンといわれる、低めの倍音が響きだして、音そのものが消えてしまう傾向にある。この問題を確実にコントロールして、見事なディミヌエンドを決めることが出来たなら、その生徒は上級者と見なしても良いであろう。単音でこれらの音を吹くのは、さほどでもないのであるが、このパッセージのように、前にさんざんアンブッシャーに対して負荷をかけ、そしてさらにディミヌエンドをかけるところに意味があるのである。



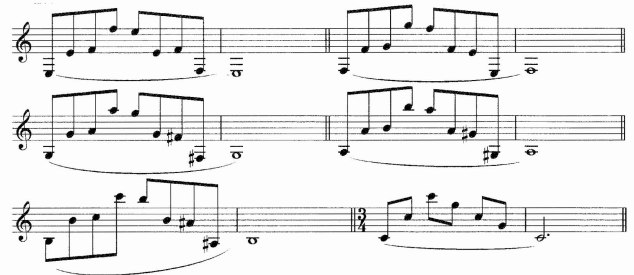
5 オクターブを使った跳躍練習

今までは、12度を使った跳躍でレジスターを越える練習をしてきたのであるが、ここではオクターブを使ったレジスター練習を提示してみたい。他の管楽器と違ってクラリネットでは、同じ指使いの時に12度上の倍音が響くように作られている。レジスター・キーを押すだけでそれらの音が鳴るのである。そのために、フィンガリング上のトラブルを出来るだけ避ける目的もあって、12度を中心とした跳躍練習を行って来たのである。

しかし、これは裏を返せば、クラリネットを演奏するにあたって“オクターブは指使いが難しい”ということになる。実際のところ、筆者がまだ勉強中の頃であるが、他の木管楽器奏者たちが、いとも簡単にオクターブを含むパッセージを演奏しているのを見て、“これはフェアじゃないな”と思ったものである。

オクターブを使った跳躍練習は何通りも考えられると思うが、ここでは低音から少しずつ上がって、また降りてくるパターンで行うこととする。まず、最低音のミからオクターブ上のミまで、そして一音上のファからさらに上のファまで上がりレジスターを越える。その後、一音下がってミからオクターブ下のミ、一音上がってファ、オクターブ下がって低音のファ、そして最低音もミに戻ってロングトーンするのである。このパターンを基本にして、低音のファ、ソ、ラと順に上がり、また下がってくるという練習である（譜例13）。

譜例13



譜例上では8分音符の動きを中心としているが、必ずしもそうする必要はなく、各自が重点的にチェックしたい部分は、ゆっくり時間を使って練習してもかまわない。技術的には、レジスターを挟んだ下行形のオクターブ跳躍が一番難しい部分である。かなりの確率でリードミスを引き起こしてしまうのである。練習中に気を付けるべきは、まず、下顎がきっちり伸ばされたアンブッシャーが構築されているか、ということである。そして、舌のポジションが下側に下がりすぎないということである。楽譜上は音符が大幅に下がっているのであるが、それに釣られて、舌を下に向かって落とすような感覚には注意すべきである。

6 オーケストラ・スタディを使った練習

いままで、いろいろな形を使ってレジスターを越えるための練習を示してきたが、最終的には、これらが楽曲の中で生かされるのが最大の目標なのである。音質、音色共に均一性のある、見事なレガートがフレーズの中で表現されるとき、まさにクラリネットを演奏する喜びを知ることが出来るであろう。どんな楽曲でも、基本の意図するところは同じなのであるが、ここではオーケストラ・スタディを使ったレジスターのレガート練習を取り上げたい（譜例14）。

これは、ブラームス作曲の交響曲第3番より、第2楽章のクラリネット・ソロの部分である。たいへん有名な曲であるし、難易度の高い曲であり、プロのオーケストラの入団オーディションにおいても、必ずノミネートされるパッセージの1つである。しかしながら、このソロは初級者であっても、しっかり練習すれば、決して演奏不

譜例14



可能なものではなく、音域的にもテクニク的にも充分演奏するに足ると考えている。クラリオン音域を中心とした美しいメロディラインが特徴で、ソフトでシンプルな作りでありながら、表情豊かに歌うことが望まれている。レジスターを越えて、スロートノートに掛かることが何度もあり、安定したアンブッシャーを作り上げるのに最適である。

レジスターを越える練習では、左手の親指とアンブッシャーについて多くを割いてきたが、技術的には左手の人差し指の使い方も重要なポイントである。この指の役割は、穴を押さえるだけでなく、スロートノートのラ、及びソ#の両キーをコントロールすることにもある。特にラのキーを押さえるときに、指全体がキーに近づきすぎて、ファ#の穴から遠ざかりすぎないように気を付けるべきである。ラのキーに関しては、指を少し横に倒すような感覚で、第1関節の右サイドあたりで触れるのが理想である。その際、第1、第2関節共に指を少し曲げ、指先は、ファ#の穴のリングにかかるくらいに置くのが理想である。そうすれば、必然的にソ#キーに対しても、指の第2関節下の右サイドあたりで、指の形を変えずに触れることが可能になるのである。初級者に、何か癖がついてしまう前の早い段階から、出来るだけ余分な動きが無いように指をセットする訓練を始めることが上達への近道なのである。

おわりに

クラリネットという楽器の基礎練習について、しかも小・中学生の初心者指導する、という視点に立って、能率的且つ効果的な練習方法、及び指導方法を長い間模索してきた。楽器演奏の上達は、そのかける時間に比例する、ということは一面では真実なのであるが、その内容、効率性、モチベーションの有無等により、結果的にはその逆も当然あり得る。初心者の持つ高い意欲を、いかに効率的に結果に結びつけてあげるのか、そのために最低限必要な練習方法はどんなものなのか、という問題意識を持って本小論に取り組んでいる。わが国の管楽器のための初期教育が、時間ばかりかける割には、個々の生徒のニーズにあった技術指導、という点で充分でない

ことを危惧している。それぞれの指導者なり、練習書なりがピンポイントで各生徒の持っている“ツボ”を確実に押さえることが出来たならば、これほど愉快的ことはないに違いない。

今回は、基礎練習の中でも、ロングトーン練習、及びレジスターを越える跳躍、という項目に重点を置いて考察してきた。一日の練習の始まりに、まずここから始めることが、ウォームアップとしてベストあると考えているからである。“はじめに”で述べたように、クラリネット演奏の基礎にかかわる項目は多岐にわたる。これからも違うトピックについて考察して行き、広い意味での演奏技法的な内容にしていきたいと考えている。

注)

- 1) Galper, A. *Clarinet Scales & Arpeggios* Boosey & Hawkes, 1978, p.6

参考文献

- 1) スタイン, K. 小畑恵洋 (訳) 『クラリネット演奏技法』全音楽譜出版社, 1998 (Stein, K. *The art of Clarinet playing*, Summy-Birchard Co., Princeton, NJ, USA, 1958)
- 2) グルウサン, J. R. 二宮和子 (訳) 『クラリネット学習者の為の合理的原則』基礎編 ビュッフエ・クラリネット株式会社, 1967
- 3) 堀越隆一 『クラリネットのためのデイトレ』オンキョウパブリッシュ株式会社, 2009
- 4) 鈴木良昭 『朝練クラリネット』全音楽譜出版社, 1995
- 5) Galper, A. *Clarinet Tone Technique and Staccato* Mharva music, Toront, 1999
- 6) Klug, H. *The Clarinet Doctor* Woodwindiana Editions, 1997
- 7) 角田晃 『クラリネット教本』ドレミ楽譜出版社, 1984