

歌唱共通教材（小学音楽）旋律の運指について

— ピアノ入門者のための —

村木 洋子

要 旨

保育士・幼稚園教諭・小学校教諭を目指す学生には、ピアノ実技が不可欠である。大学の授業で、ピアノの練習を初めて経験する学生が年々増えている。成長期を過ぎてからの入門者は、学習意欲が高いだけに、しばしば身体能力とのずれに悩まされる。小論は、小学校音楽共通教材における歌唱曲の旋律の運指を改善することにより、入門者特有のつまづきを軽減する試みである。入門者にとって身近であり、かつ将来指導者の立場において必要となる楽曲を題材とし、ピアノ実技の上達と、学習意欲の増大を図るため、その運指に着目した。

小学校教科書の教師用指導書の運指と、一般的な運指論から導かれる独自の運指案との優劣を、難易度と音楽性のバランスを考慮して比較することを目的とし、入門者の学生 11 人に実際に演奏させ確認した。その結果、5 の指についての困難が最も多く観察された。独自の運指案は、この困難を改善することが可能であり、その優位性が示唆された。運指指導の実践にあたっては、個人差も大きく、授業における個別対応も重要な対策である。

キーワード：ピアノ 運指 小学音楽

1. 研究の動機と背景

大人になってから初めてピアノの練習を開始すると、なかなか進歩がみられず、意欲を失いかける場面を見かける。保育士、幼稚園教諭、小学校教諭を目指す学生のためのピアノ実技科目では、毎年何人も、大学入学後初めてピアノの練習を開始する学生が受講している。平成 24 年度に筆者が担当した新受講生 33 名中 11 名がピアノ未経験者であった。これからピアノを始める学生にとっても、指導する側にもスタートが肝心である。

基礎的な訓練を根気強く積み重ねることは、何よりも重要である。そのためには、より多くの練習時間を必要とする。しかしピアノ以外の科目も勉強しなければいけない学生にとって、いかに短い練習時間で効率の良い上達を得るかが課題である。

現代社会では、生活の中においてもどこかしらで音楽が鳴り、多種多様の音楽を聴くことには慣れている。大変複雑なリズムや変化に富んだメロ

ディーを聴くことにも慣れ、『耳コピ』¹ といって、楽譜という情報無しに音楽を再現する（真似する）ことも、一般的である。聴いたことのある曲を、歌えるようになる事とピアノで弾ける事は別で、演奏できるようになるには時間も苦労もかかる。

入門者にとって、楽譜上の音符やリズムを読みこなすのが最初の学習である。運指をどうするか考える、または指示された運指を守るというのは、二次的になってしまう。あまり考えず決めた運指で苦勞している学生を見るにつけて、そのつまづきに指導者が気づき個人に合った運指について提案できるようにしたい。特にこれからピアノを始める、ピアノ未経験者（本稿では、入門者と称す）のための、運指の提案とその実践について述べる。

2. 運指についての先行研究

専門的にピアノの演奏を研究し、難易度が上がると、それぞれの作曲家の音楽言語に似合った表現の運指が必要になる。それは、演奏者ひとりひ

(所 属)

1) 山梨県立大学 人間福祉学部 人間形成学科 准教授

とりの手の大きさや、技量などによる個人的問題でもある。ピアノ教育のスタイルは、一般に個人指導で、師匠から弟子に伝承される。作曲家自身が運指の指示を出す例もあるが、一つの曲に複数の運指が提案されることは、一般的である。ここで、ピアノ中級の教材を例に検証してみる。バロック時代の作曲家、J.S.Bach 作曲のインヴェンション第14番 (BWV785) 変ロ長調の主題部分の運指について、比較考察した。



表 1

運指考案者 (出版社 ²⁾)	
● A の運指	● B の運指
① K.Czerny ツェルニー (全音)	1232132531 43235241*1
② H.Bischoff ビシヨフ (全音)	123213**** 4323524132
③ L.Landshoff ランツホフ (ペーターズ)	12321*1*** 4323**5132
④ A.Schiff シフ (ヘンレ)	1232151531 4323524132
⑤ E.Fischer フィッシャー (ハンセン)	2343131421 4323524132
⑥ Jonas ジョーナス (音友、ウィーン)	123214153* 4323*2**43
⑦ J.Thompson トンプソン (ウィリス)	*****51421 4323524132
⑧ 井口基成 (春秋社)	12321325*1 43235241*1
⑨ 市田儀一郎 (全音)	12321325** 4323524132
⑩ 長岡敏夫 (音友、原典版)	2131251*** 432352**31
⑪ 神沢哲郎 (音友、学習版)	123213**** 43235241*1

《表1の数字について》

- 5 ← 楽譜で指示されている運指番号
- 5 ← 指示はなくとも前後の運指番号及び旋律の形からそれ以外の運指は考えにくいいため筆者が加筆したもの
- * ← 指示もなく運指案が複数考えられるため数字表記をしない部分

次に、それぞれの運指の意図するものについて、以下に考察する。

● A 前半 (BCDCB³) について、
 順次進行の上行下行で、音域も長3度と狭いことから、どれも次に続く高音域のことを考えている。このフレーズの最低音でもある最後のBが(1例をのぞいて)1である。1を使わなかった⑩長岡版は、経過音をあえて1で弾くことによって、過荷重を回避して手の安定化を考慮したものと思われる。

● A 後半 (FDBFD) について
 短6度にわたる分散和音の跳躍なので、拡張の安定を取るか、音色の均一化を優先すべきかで、2音目のDの運指が、1と2の2つの意見に分かれている。

● B 前半 (FEsDEsF) について
 A 前半と同様である。次に続く低音域のために、運指の考え方は一致している。

● B 後半 (BDFAsG) について
 A 後半と同様、長6度にわたる分散和音で拡張に耐えられ、且つ次に続く音(2小節2音目のEs)の運指が指示されていて、それによりこの最終音(G)の運指も2通りに分かれた。

このように、ピアノの学習を数年積み重ねた中級クラスになると、運指の選択肢も増えてくる。その中で、演奏者にとっての運指の習慣や、音楽表現の嗜好によって、おのおの適切な運指を選ぶように教員は指導すべきである。先行研究も豊

富にあり、専門的な難易度の高い楽曲及びそれに準ずるものについてである。本稿ではピアノ入門者への運指の考察なので省略する。

一方、入門や初級については、保育者養成課程での運指についての研究がある。三宅・岩口(1997)は、幼児歌曲で学習者がどの運指を使うかのアンケート調査を行い、旋律構造によって運指を決定している結果が報告されている⁴。また、同じく岩田・三宅(1998)は、幼児歌曲とピアノ教則本『バイエル』との比較を運指法の視点で考察し、幼児歌曲の演奏しにくさを指摘している⁵。『バイエル』の運指を出版年の違いから比較したのが多田(2009)の研究である⁶。幼児歌曲の運指について、「ミソラド」を主とするポジションの取り組みについて、三好(2012)がまとめている⁷。そして、竹内(1994)は小学校の歌唱教材の運指を、和音での伴奏や重音の旋律など、やや難しい教材での提言を述べている⁸。

ピアノがまったく初めてという入門者が、初見で弾くときに、何を基準に運指を考えるかという具体的な議論は、あまり深められていないのが現状である。

3. 研究目的と方法

初めてピアノの練習を開始する学生が、初見で取り組む様子から、うまく弾けない個所の運指のつまずきの原因はどこにあるかを指導者がさぐる。そして、その原因を排除した運指を提案し、今後のピアノ教育に生かしたい。ピアノ未経験の11名の学生の個人レッスンでの実践である。

4. ピアノ実技教材としての歌唱共通教材その旋律の傾向について

生まれた時からカラオケ文化があり、『耳コピ』に馴染みがある学生にとっては、歌唱共通教材は幼少より慣れ親しんだ身近な曲であろう。歌唱共通教材とは、世代を超えて共有されている、我が国で親しまれてきた唱歌や童謡、わらべうた等である。日本のよき音楽文化を受け継いでいく大切な役割のある楽曲である⁹。ピアノ入門者にも親しみがあり、これから教諭を目指す学生には必要

不可欠な教材でもあるので、より緊張感を持って練習にのぞめる。しかし、ピアノで演奏するとなると、入門者にとっては、よく知っている曲ではあるが、簡単なことではない。

歌唱共通教材（小学）は24曲ある。

どの曲も、短いながらも2～4つの部分に分けられる。そのひとつのフレーズでの旋律の音域は以下のとおりである。

表2

曲名	フレーズごとの音域
うみ	長6 完8 ¹⁰
かたつむり	完5 長6 完8
ひのまる	長3 完4 長6 完5
ひらいたひらいた	完5 完5
かくれんぼ	完5 長6
春がきた	完8 完8
虫のこえ	短6 長2 短6 完8
夕やけこやけ	長6 短6 短7 完8
うさぎ	増4 短7
茶つみ	完8 完8 完8 完8
春の小川	完8 完8 短7 完8
ふじ山	長6 完8 完8 完8
さくらさくら	完5 減5 完5 減5 完5
とんび	完8 完8 完4 完8
まきばの朝	短7 短7 長6 完8
もみじ	完8 完8 長6 長9
こいのぼり	完5 長6 長6 長9
子もり歌	長6 短6
スキーの歌	短9 完8 長6 短9
冬げしき	完8 長6 長9 長6
越天楽今様	完5 完5 短7 長6
おぼろ月夜	長6 長9 完8 完8
ふるさと	完5 短7 長9 完5
われは海の子	長9 完8 短7 完8

初めてのピアノの練習では、5本の指の中でも、比較的運動能力の高い、1. 2. 3の指¹¹から訓練を重ね、次第に4、5の指も加えて、やがてどの指でも自在に使えるように、長い年月をかけて訓練する。たとえばバーナムピアノテクニック（ミニブック）¹²では、初めの6曲は、1、2の指のみ、7曲目から1、2、3を使い、13曲目から4も加わ

り、19曲目で初めて5本の指を使う。

成人の一般的な手の大きさ（1オクターヴがとどく）で、かつ指の独立や拡張の訓練が積み重なれば、表2の音域での旋律は、容易に音楽的な演奏ができるであろう。しかし、手を広げた状態での指くぐりや、4・5などスムーズに動きにくい指の頻出は、入門者にとっては、まだまだ難しい。小学校教科書の教師用指導書⁹の簡易伴奏における旋律運指例では、4・5の指も頻繁に出現し、また指の拡張も求められる。

5. 考えられるつまづき

指の訓練を目的とする曲ではなく、芸術作品としての楽曲をピアノ演奏する場合、次の考え方がある。

曲想や和声の特性を考慮した運指。つまりテンポの速い曲や細かいリズムには、運動機能優先で、また、音を保持して順次進行なら隣接する指を優先して選択というように。和声進行により、緊張と弛緩を表現すべき部分では、荷重にふさわしい指と脱力に適した指。上級になればなるほど、運指をどうするかによって音楽表現も変化し、個々の技量に合わせて、最適な運指を考える力が必要とされる。つまり、運指には正解がひとつではなく、個人的な指の傾向や、音楽表現の嗜好を反映させながら、推敲していくものである。

ピアノに手を置き、その位置にて指示通りに動いてくれる指を使って演奏するだけ、それは快適なピアノの演奏の姿である。

その対極で、困難を感じてストレルフルな運指の要因とは以下のことが考えられる。

- ・ 指の拡張
- ・ 指の収縮
- ・ 指くぐり
- ・ 指超え
- ・ 同音連打の指かえ
- ・ 保持中の指かえ
- ・ 1の頻出
- ・ 4や5の頻出

以上の要因は、入門者に限らず、初級・中級者にとっても配慮が必要である。ただし、上記の要

因をすべて排除して演奏する事は不可能である。どれかを排除すれば、また別の困難が出現する仕組みである。音楽表現を優先するあまり、学習者のテクニックに不似合いな運指を選ぶ必要はない。また一方、弾きやすさだけでなく、音楽のニュアンスを豊かに表現することも常に考えての運指でなければならない。この矛盾した2点を考慮しつつ、たとえ入門者であっても、音楽の理想の姿を目標に演奏できるように運指案を考えた。

6. 個人レッスンでの実践

学生には、歌唱共通教材を『指導書の簡易伴奏をつけて、両手で弾く』ことを目標に、初見で、右手のみで旋律弾いてもらった。

以下の譜例には、運指が2とおりに記入してある。上段は、『教師用指導書 伴奏編』に記述してあるもの。下段は、つまづき回避のヒントとして、筆者が示した一案である。ここでは右手の旋律しか記譜していないが、左手での演奏も加わることを配慮しての運指案である。

(1) かくれんぼ

学生Aにとっては、5の頻出、連打が困難であった。連打の5を4に変更することを提案した。特に6小節目の連打では、1への指交代により、“フレーズ最後のニュアンス”という音楽表現が配慮される演奏となった。

他にも、冒頭の5を4に変更した方が弾きやすいという学生が1名いた。

一方、冒頭5のままでも上手に弾けた学生も2名いた。付点のリズムを演奏前から準備しており、軽やかにはずんだ演奏であった。

(2) かたつむり

5 4 4 4 2 1 1 1 2 3 3 2 1 2
 2 1 2 3 4 3 3 3 1 2 2 1 2 3
 2 5 4 4 2 1 3 3 2 1 3 3 2 1

学生Bは10小節目の、指の収縮がうまくいかず、同じ小節内でのポジション移動が不自然だった。下段の運指案で、演奏することによって収縮の不安定さがいくらか軽減された。一方、手が大きめで、且つ、手を縮める動作をすばやくできた学生2名は同じ箇所を運指を変えずに難なく弾けた。

学生Cは、4、5の指が動かすづらい状況にあった。5小節目を1からはじめることによって、フレーズを意識した演奏となった。6～7小節目の指超えが増えたが、1・2の指が、きちんと構えられていたので、安定していた。

(3) とんび

2 2 1 2 3 4 3 5 3 2 1 5 4 3 2 1 2
 2 1 2 3 4 3 5 3 2 1 5 4 3 2 1

学生Dは、1小節目の八分音符が連続する中での指くぐりが、間に合わず不本意なアクセントがついてしまった。筆者案だと、指くぐりはあるものの、付点四分音符の長さが幸いして、落ち着いて弾けた。

もともとの運指で上手に弾けた学生もう1名は、手首が固まらずに、指くぐりの対応が自然にできた様子である。

(4) ふじ山

2 2 2 2 1 2 3 4 3 2 3 4 2 1
 5 4 3 2 1 2 2 5 4 3 2 1 2 1

学生Eは、2小節目に忙しい思いをして指くぐりを弾くより、指を順番に使い、二分音符で伸ばしている間に指の押さえ替えをして、ゆとりが生まれた。ただし、3小節目以降も同じフレーズが続く音楽であるようにアドバイスした。他にも2名、同じ事象があった。

(5) ふるさと

1 2 (3) 2 2 3 4 2 3 3 (2) 4 5
 3 2 4 5 3 4 1 3 4 1 2 3
 5 4 3 4 1 1 2 3 4 2 2 1 2 3 4 3 2 1
 5 4 (3) 4 1 2 3 4 4 (3) 2 1

この曲については弾きやすさだけでなくレガートも重視した運指案である。したがって、同音での指かえや、指の収縮が増え、全曲この運指を受け入れた学生はいなかった。

学生Fにとっては、3段目が1小節ごとにポジション移動があり、音楽の表現まで細かく切れてしまった。幸い指の拡張や収縮がうまくいくので、拙案で長いフレーズをうまく表現できるようになった。

学生Gは腕の脱力が自然にできていたので、冒頭部分を拙案で試してみると、流れが良くなり音のつながりというものを実感できたとの感想があった。

(6) まきばの朝

3 1 2 3 4 3 2 1 2 2 2 3 4 5 1

学生Hは指の押さえ直しがうまくいかず、押さえ直した指で再打鍵してしまう、または時間がかかってしまう状態であった。同音連打の指かえを試して解決した。他にもう一人同じ訴えであっ

たが、二人とも鍵盤を押さえる力が弱く、やや指の開きが狭い傾向があった。

(7) 春の小川

学生Iは、2小節目最後のCからAにとどかずHを弾くというミスが続いた。拡張が均一な拙案で、長いフレーズを体得した。手が小さいもう一人の学生も、同じ事象であった。

「かたつむり」で素早く収縮ができ手の大きめの2名は、この曲でも素早く拡張して対応できた。もともと手が大きく有利であったと思われる。

(8) 茶摘み

学生Jは、最後の4小節での4・5連続運指が難しい。もともと曲全体での4・5は半分近く占めている。最後の4小節は5を使用しない運指により、精神的疲労から解放されたと、感想であった。

(9) 夕やけこやけ

学生Kは、9小節目の、4・5での符点で、弾き終わった指が上がらない。細かいリズムなので、5を避けて3・4を使う運指にして、指も上がりリズムもはっきり弾けた。

7. 結果と考察

以上、9曲を演奏して、運指で配慮すべき点は、5の指についての困難がいちばん多かった。5が単独で、そしてリズムも細かくなければ、他の指と大差なく使えるが、4・5の連続、細かいリズム、という状況の中では、ほとんどの入門受講生が何らかの困難にはばまれた。

また、楽譜の指示通りで困難なく弾けた例では、演奏開始前から旋律リズムを体で準備していたことがあげられる。多少の困難も乗り切れるような、音楽の流れが最初からできていた。

一方、演奏のタッチが弱いと、せつかくの運指も安定せず、指の拡張・収縮にも悪影響が出てしまう。そういった意味では、普段からタッチの軽いキーボードよりピアノでの練習を勧めたい。

本人の努力と関係ないところだが、手の大きさを有利に演奏できた曲もある。しかし、大きいだけで、広がらない、つかめない、という消極的な姿勢では生かせない。素早い動作を心がけ、運動能力や手首の柔軟や脱力など、総合的に音楽に良い影響をもたらすと思われることは、運指のためにも有効である。

精神面での影響も考慮すべきである。本人にとっての不得意な動きが続くと、ミスも多くなってくる。たとえば、4・5の連続が不得意な場合は、その負担を軽減し、そのかわり指くぐりや指超えを含む運指に変更するなどである。

入門者には、自分で運指を選べるほどの経験も余裕も無い。それにもかかわらず、筆者がごく一部分の運指案を示しただけなのに、今回は類似箇所までも、その運指案を活用してくれるほどの進歩を見せた。ほんの少しのヒントで、生き生きと自信を持った演奏となることがわかった。

選曲は、共通教材24曲のうち学生からの要望もあり9曲を選んだ。学生11名はそれぞれ自分で選んだ2曲ずつ初見で演奏した。この例のみ

で、入門者の傾向を知るにはあまりにも少ない実践例であった。しかしながら、本年度の受講生の意欲向上が図られた。運指の視点からの音楽づくりを試したことによって、半数以上の学生に効果があったことを実感した。

運指については大まかな原則はあるものの、同じ曲を演奏する場合、個々の学生によって困難な個所は違ってくる。個人の指の状態や音楽の感じ方で個々のつまずきとなることがわかった。したがって、運指については、入門者には、オーダーメイドで対応すると上達に早く結びつくと考えられる。自分のくせや傾向を、自分で把握し、運指を自ら選ぶ力がそなわるよう、指導者は慎重に対応することが求められる。

8. 実践の反省と今後の課題

今回は右手のメロディーのみで運指を考えたが、簡易伴奏とはいえ左手は入門者には更に難しい。たとえば、音域の広い跳躍や、指の拡張を伴う和音がある時は、右手はなるべく穏やかに弾けるような運指で、両手になった時の余力を備えた。

学習が進めば、両手及び弾き歌いの練習も必要である。その対策にも、楽譜に書いてある情報を自分なりに考えて音楽に表現する方法の、ひとつのきっかけになったと思う。

今後は、共通教材だけではなく、さまざまな音楽においても、各々に適した運指を選択できるように、学生の取り組みをていねいに分析し工夫をしていきたい。

〔注・引用文献・参考文献〕

- 1) 耳コピーという俗語から広まる。楽譜を見ずに、音楽を聴いただけで歌唱する、または楽器で演奏し、採譜（聴音）まで含めることもある。耳コピーのアプリケーションソフトも人気がある。
- 2) 全音＝全音楽譜出版社、音友＝音楽之友社
- 3) ドイツ音名表記
- 4) 三宅義和・岩口摂子「保育課学生へのピアノ指導法の基礎研究（1）」日本保育学会大会研究論文集 50 巻 1997 年 5 月
- 5) 岩口摂子・宮田義和「保育課学生へのピアノ指導法の基礎研究（2）」日本保育学会大会研究論文集 51 巻 1998 年 4 月
- 6) 多田純一「バイエルピアノ教則本 op.101 における指使いとその変遷」大阪健康福祉短期大学紀要 8 巻 2009 年 3 月
- 7) 三好優美子「子どもの歌のピアノ演奏における運指指導の取り組み」東京女子体育大学紀要 47 号 2012 年
- 8) 竹内アンナ「ピアノの運指とその扱いについて」千葉敬愛短大紀要 16 号 1994 年 2 月
- 9) 文部科学省ホームページ、「新学習指導要領・生きる力 Q&A」より
- 10) 完全 8 度という音程
- 11) ピアノ練習での指番号 1 = 親指、2 = 人差し指、3 = 中指、4 = 薬指、5 = 小指
- 12) エドナ・メイ・バーナム女史（1907-2007 アメリカ）による教則本『A DOZEN A DAY』全 7 巻、1950 年に発行されてからアメリカ国内はもとより日本でも普及している
- 13) 教育出版 音楽のおくりもの 教師用指導書 伴奏編

Piano Fingering for Melodies in Elementary School Curriculum Songs

— For Piano Beginners —

MURAKI Youko

Abstract

Practical piano playing skill is essential for college/university students aiming to obtain teacher's qualifications for nursery school, kindergarten and elementary school. There is an increasing number of students coming into these courses in recent years who have never played piano before. These older beginners often struggle due to the gap between their high motivation and poor dexterity. The paper attempts to mitigate the challenges they face, by improving the piano fingerings of melodies of songs that are included in the common music curriculum for elementary school in Japan. Taking up songs that are both familiar to the student beginners and will be necessary to lead the music class in future, the paper focuses on the fingering of these songs, with the aims of improving piano playing skills and raising motivation for the students.

The study aimed to compare the relative merits of the piano fingerings that are stated in the teacher's guide for elementary school music lessons and the original fingering devised by the author based on the general piano fingering theories, taking the balance between fingering difficulties and musicality in to consideration. Piano lessons were conducted for 11 beginner students and their fingerings were observed. Difficulties with the fifth (little) fingers were most often observed. The original fingering can overcome these difficulties, showing its superiority. Since individual differences in piano fingerings are large among these students, individual attention in class is also important.

Key words : Piano, Piano fingerings, elementary school music class