

題目：「声」と「言葉」そして「歌」… 表現の可能性と充実を目指して

Voice, Language and Songs: An attempt aiming at the appropriate and effective way of expression

渡邊 史

Aya WATANABE

滋賀大学教育学部 音楽教育講座 准教授

<キーワード> 歌 言葉 声 表現 教育現場 小学校

本論は、滋賀大学教育学部教育実践総合センターが設置する「2017年地域教育支援をねらいとした共同研究プロジェクト」に採択され、実施した事業の報告である。プロジェクト題目は、『「声」と「言葉」そして「歌」… 表現の可能性と充実を目指して～ 地方公共ホール発信、「声」でつなぐ』とし、2017年9月18日、ひこね市文化プラザおよび豊郷町立日栄小学校とともに行われた。以下にプロジェクトの経緯、意義、結果、今後への提言等を述べる。

1. プロジェクトの経緯と目的

筆者はソプラノ歌手として演奏活動を行っている。オペラやコンサートなど演奏の中でも、自身の研究と密接に関り、かつ重要なものと位置づけているのが「教育現場における活動」である。演奏家としての活動を始めた初期の頃より、音楽鑑賞教室（スクール公演）にて小・中・高の教育現場に出入りすることが多く、年間で30校以上を訪問することもあった。また、一般財団法人「地域創造」の「公共ホール音楽活性化事業」（通称名：おんかつ）に「アーティスト」として所属し、国内諸地域においてクラシック音楽をより身近なものとするため、地方公共団体等と共催で実施されるコンサートやアクティビティ（アウトリーチをはじめとする演奏交流プログラム）に参加・尽力してきた。「おんかつ」は同時に、地域公共ホールスタッフの育成、地域文化の活性化を目的としており、事業の企画から公演に至る過程において、企画・制作能力を高めるための研修機会を提供している。これらの経験から筆者は、教育現場における音楽を始めとする文化・芸術活動の在り方について思考するようになり、それが現在の研究につながっている。

筆者が関わって来た「学校教育現場」は、その規模や地域、環境も様々であるが、しばしば「残念な」思いをすることもあった。それは主に、「歌唱」を含む表現活動に関する、児童生徒たちの取り組み方においてである。筆者は演奏活動の傍流として、歌唱をはじめとする舞台表現活動の指導にあたっているが、その経験及び自らの研鑽に照らし、「表現力（歌唱力含む）」は一定の知識に

基づいた身体訓練を習慣化することによって身につけられる」と考えている。訓練方法・知識についてはこれまでも頻りに詳らかにしてきたが、まだまだ、自身の発信力・機会が不足しているとも感じている。

この度はまず演奏家としての筆者に、ひこね市文化プラザからコンサート演奏依頼があった。ホール側は地域との連携や共同でのイベント開催ができないかと希望しており、筆者から「地域の教育現場との連携および共演」を提案した。ここにはふたつのメリットが有る。ひとつはホール側へのメリット、地域公共ホールは「地元可愛され、親しまれる」存在であることが至上命題であると考えられる。「あそこへ行けばステキなことがある」という印象を安定的にもたらすことこそが、地域文化の発信地であり集約地であり、重要な拠点として存在するための要素であろう。この点で、当該事業は地域に根ざし、共にある存在のアピールとして最適である。もうひとつは研究者としての筆者が自身の研究を実践・周知できる機会として、である。事業の形として、「数回のワークショップを経て訓練を積んだ後、コンサートステージにての共演にて成果発表」を目指すこととした。上記ふたつのメリットに加え、「連携する教育現場」にとってもメリットとなるような機会を目指し、プロジェクトは始動した。

2. プロジェクト・始動

滋賀大学教育学部はその母体を1875年にまでさかのぼり、設立以来、地域の教育の核として学校教育をになう人材を輩出すると同時に、学際的研究や今日的教育課題にも取り組んでいる。ことに教育実践総合センターは地域との密接な関わりの窓口として機能し、まさに地域教育の最先端を担う部署である。センターのプロジェクトとして提示することは、いわば地域教育に向けての広い発信であることに他ならず、ぜひとも当該事業をセンターの関連としたいと考えた。

プロジェクトのためには連携先教育機関をエントリーしなくてはならない。奥田援史センター長を通じて、ホール近辺を中心に小・中学数校に打診したが、いずれも話がうまく煮えなかった。これには大きな理由がある。時

期があまりにも悪すぎたのだ。成果発表の場であるコンサートは9月18日(祝)、この日は多くの学校で「体育祭」「運動会」が設定されていた。当該オファーをホールから筆者が受けたのが同年の4月早々であり、そこからホールと計画をたて、実際に動き出したのが5月。多くの教育現場において、新年度からの大きな行事等は先年度末にすでに決められていることがほとんどだ。そこを見越さずに進めてしまったのは、痛手である。この類の事業を行うにあたっては、明らかに初動が遅かったと言わざるをえない。一時は計画自体が暗礁に乗り上げかけたが、諦めず、より地域範囲を広げて連携校をあたった。ここで協力を得たのが、本プロジェクトの共同研究者、畑 稔彦准教授(滋賀大学 大学院教育学研究科 高度教職実践専攻/教職大学院)である。畑准教授は滋賀県において長く教職にあり、県教育委員会の指導主事を経て本年より滋賀大学教育学部にて教鞭をとる、地域に根ざした教育界のエキスパートである。従ってホール周辺の学校現場の様子にも明るく、畑准教授のコネクションにより、最適な学校を連携先としてエントリーすることができた。豊郷町立日栄小学校5年生(校長:藤谷 忍/担当教諭:岸邊知子)である。

連携先学校は「どこでもいい」というわけではない。プロジェクトの種類にもよるが、今回の場合、mustでクリアすべき条件が三つある。「①小学校四年以上である ②人数の上限はステージに乗りきれ数 ③担当教員だけでなく学校単位での協力が得られる。」①に関しては、「おんかつ」関連事業でも注意されていることだ。通常の学校教育と違って短期的に訓練を施す場合、指導者と児童の間には担任教諭とのそのような信頼関係を築くことが難しい。また、日常の学校生活・授業では用いない類の知識技術を習得することが求められる。その伝達および指導者と児童生徒間コミュニケーションのためには多数の「言語と文字」を用いなくてはならない。小学校4年生以上であれば心身の成長段階に照らし、これら二つのことを児童生徒自身が意志的に受け止めていくことが可能になってきている。②は切実だ。乗るべき舞台の面積は予め決まっている。参加人数が多く賑々しいのは喜ぶべきことだが、そこから最適な人数に合わせて「選ぶ」ようなことは、様々な意味で困難を極める。③は、事業を行う現場が「学外」であることから、どんなにホール側が心を砕いて安全に配慮したとしても、本番中だけでなく、移動時等においても学校側に児童生徒たちに対する一定の責任が生じてしまうことは否めない。日栄小学校では「①対象は5年生である。」「②学年自体が1クラスであり、全員が出演できた場合でも29名とステージ上に楽々乗れる人数である。」「③担当教諭が滋賀大学教育学部の卒業生であり、学校長も全面的な協力を申し出てきている。また、滋賀大学とはこれまで他の機会にも連携をもってイベント機会を経てきている。」など、すべての条件を素晴らしい形でクリアしている。

担当の岸邊知子教諭と連絡をとり、あらためて直接に趣旨を説明した。プロジェクトの目的と内容を以下にまとめる。

【目的】 表現手段としての「声」の再認識と積極的活用の提案を行う。人間にとって汎用性の高いコミュニケーションツールである「声」そして「言葉」、それを最も高度に用いた芸術活動である「歌」をとおり、「歌唱」に至るステップを実地に経ることにより、自らの「表現」の可能性およびその効果を体感する。

【内容】 小学校にて授業を計3回行い、歌唱曲を1曲仕上げる。その成果はひこね市文化プラザ主催にて行われる、ソプラノ歌手・渡邊史コンサートでの共演にて発表予定。共演には、小学生たちと別にホール側選定の混声合唱団がエントリーされており、幅広い世代が「歌唱表現」をとおして交流することになる。

3. 特別授業…ワークショップ内容

授業は全3回を予定。本番が9月18日であることから逆算し、第1回:7月13日(木)、第2回:8月31日(木)、第3回:9月15日(金)とした。通常授業は45分であるが、1回の指導時間枠に60分とっても学校は柔軟に対応できるとの厚意あるご提案をいただき、そのように設定した。

筆者の授業計画は以下である。

■第1回:a.趣旨説明 b.発声・発音の基礎トレーニング c.朗読トレーニング読み込み d.詞の解釈について提案

■第2回:a.声の音色について b.詞の解釈共有 c.発声・発音トレーニング d.実践ステップ

■第3回:総復習

共演楽曲として『見上げてごらん夜の星を』(詞:永六輔 曲:いずみたく)を選択した。歌詞とメロディ、双方ともに叙情深く、かつ音域も適当である。詞に使用されている語句はいずれも解りやく平易であるが、美しい詩情に富み、可能性に満ちた未来への広い展望を感じさせる。本番ステージでは、大人のみで構成されたアマチュア合唱団も共演することになっているが、合同リハーサルは当日の本番前のみである。小学5年生が取り組むに適した音域および音型を心がけ、準備に時間制限がある中でも取り組みやすく、最大限の効果を上げられることを目指して、筆者自身が今回のためにオリジナル編曲を行った。もちろんコンサート内プログラムの一曲として演奏されるのだから、単に音を並べただけの現象に満足するのではなく、聴衆の鑑賞に耐えるレベルのものでなくてはならない。全員での「ユニゾン」部分と交互に歌唱する「対話」的な要素を組み合わせることでメリハリをつけ、児童は基本的に「主旋律」を、大人合唱団は「対旋律」を歌唱するように設定した。

第1回授業は児童と筆者と初めての顔合わせであり、今後のためにも重要な導入の場である。はじめに「歌の先生・渡邊史」の紹介を岸邊教諭より行ってもらおう。

自分たちにとって馴染みがあり、信頼のおける人（担任）と親密な間柄であるという印象を心がけながら進めたことで、スムーズに時間に入ることができた。授業を経た先に何を目標としているかも児童たちにはすでに説明されているが、再度口頭で行った。「【ステキな歌】がうたえるようになる知識を身に着けよう」「9月18日がコンサート本番です。予定がOKな人は、一緒に舞台上がろう！」「そこでは皆で【ステキな歌】をお客さんに発表しよう」児童たちは、いくぶん緊張していたように見受けられたが、「何か新しいことが始まる」ということは十分に理解し、期待を持って取り組もうとしていた。

授業開始。まずは「ステキな歌」であるための要素にはどんなものがあるか、児童たちからの発言を黒板に書き出した。メロディ、言葉、雰囲気、明るい、はっきり聞こえる、リズム、楽しい、元気になる…など多くのキーワードが挙がった。中でも「歌」を構成する重要なものは「声」そして「言葉」であり、両者がより高みで出会ったその交点に「歌」が存在する、という解説の後、まずは「声」についてのトレーニングを開始した。

人体図を示しながら声帯をはじめとする発声器官、呼吸器官、全身骨格、顔面筋についての知識をふまえ、声帯から発生した音は各部分で「共鳴」させた上で初めて「声」になるという概念を共有する。音を共鳴させるのに用いるのは口腔内、鼻腔内、頭部、胸部など声帯に近いところをはじめとした全身であり、響かせる場所が大きければそれだけ「響き」をたくさん得ることができて「豊かで立体的な音＝声」になるということ、グランドピアノとアップライトピアノの共鳴腔キャパシティの大きさ比較から納得しつつ、「楽器になる」を合言葉としながら全身を隅々まで伸ばすストレッチを行った。このストレッチはもちろん発声のためでもあるが、共に息を合わせながら身体を動かすことで緊張をほぐし、コミュニケーションをとりつつ連帯感を高めるという狙いもある。声帯の位置や共鳴の様などは筆者の身体に触れることで体感させた。いずれも全く新しい知識・経験だったようで、人体図等にも大いに興味を持ちつつ「発声体操」に取り組み、能動的な雰囲気が生み出されていった。

次は「言葉」について。「日本語をステキに発音するためのコツ」として「語頭をたてる」ことが有効であることを知識として提示した。日頃まったく意識せずに話している言葉と、意識的に「生み出した」言葉の違いに児童たちはすぐに思い当たったようだ。そこからは黒板に掲示した歌詞の大書きを用いながら「単語ごとを、音声として適正に発する」トレーニングを繰り返した。実際、「語頭をたてる」行為・意識は、言葉の明瞭化だけでなく発声面を鑑みても有効である。語頭をしっかりと発そうとすると、音声が生まれる前に一定の自発的計画が必要になり、それが「気構え・身構え」として心身の充実したハりに繋がる。適正に備えられた心身から発される音が、普段とは少なからず違うものであることは本人の耳にも明確であるし、「気構え・身構え」という一線

を経て発した「音＝声」の違いは、児童たちにとって「まったく新しい自分」との出会いである。

次には「文章としての適正な流れ（文脈）を活かして詞を読む」ことに歩を進める。「単語単語の羅列」でなく、一文としての意味を把握し、言葉同士の繋がりを理解した上で、文章自体が要求しているエネルギーに依って発していくことが求められる。このためのトレーニングとして提案した方法を紹介しよう。利き手に筆記用具を持たせ、文を読み下しながら縦の線を習字のように空に描いていくのだが、ここには三つのメリットがある。ひとつは前述したように「文自体の構成と意味」に思い至ることができるだろうこと。もう一つは「語尾の安定」である。「シロウトの朗読」がしばしば陳腐な印象をまねがれ得ないのは、たいてい文章の「語尾」にあたる音が、適当に投げ出されてしまうことに原因がある。「物品を机の上に音を立てずに置こうとする時、何に気をつけるだろうか？」をヒントにし、「語尾をどこへ置くか場所を決める」「最後まで力を抜かない」という要素に気づかせる。もうひとつは、エアで空中に文を描き出していく時に「その文の出発点」を空間に位置させることで、普段より高い位置から音＝声を発することができるという部分だ。筆記用具を持った手は、板書するときのように、自分の身長より少し高い位置から筆記を開始するように指示。すると、児童自身も、その具体的な高さを目視しつつ、ここでも音を発する前になんらかの「計画＝気構え・身構え」を持つことになる。

ここまで来ると、児童たちもかなりボリュームのある、かつハリのある音声を発することができるようになっており、また、指示や課題をなるべく具体的に示すことで、行っていることの良し悪しを理解しつつ、積極的に努力するようになっていた。

しかし「声」を発するにあたり、単に「音を出す」こと、一種の「やった感」が目的になってはいけない。「音色」を「選ぶ」という作業、これが最も大切な要素であると言えよう。発する音色を選ぶためには、当該の言葉がどんな意味を持ち、それを耳にした者にどんな印象をもたらすべきかについて「思考」しなくてはならない。すなわち、「詞の解釈」である。児童たちには宿題として、「この詞はどんな様子・物事について書かれており、その雰囲気のために我々はどんな読み方をしたら良いか」について考えておくよう指示した。この「考え」については、次回授業までに全員分を集約・共有し、「思考による計画」のもとに先へ進める状態を作る。そのために「まとめノート」の用紙を全員に配布し、授業後に記入の上、担当教諭が回収、筆者宛に送付してもらうこととして第1回目授業は終了した。

数日後に返送されてきた「まとめノート①」からは、児童たちが筆者の発信したキーワードや知識、注意点を的確に受け止めていること、そして筆者自身に対しての事々も含め、このプロジェクト内容に大いに興味を抱いた様子が見られた。児童たちから回収したノートの記述

は改めて整理し、再度『まとめノートのまとめ』と題して返送。一人ひとりがそれを持ち、すべての情報を共有するシステムとした。

【まとめノート①の、まとめ】

■きょう知ったこと、驚いたこと、大事だなと思ったことなど

*歌うときには「楽器になって」立つこと。*人も楽器と同じで、音のモトがあることを知った。*ピアノは元の音を響かせて、ピアノの音になることが分かった。*「声帯」というところから声のモトが出ること。*ピアノの元の音はとても小さいこと。*あや先生の声におどろいた。*「語頭」という言葉を初めて知った。*うたうとき、息は鼻から吸うこと。*大きな声が大事だと思った。*感情や歌声は大事だな。*背骨を伸ばすと楽器のような体になれる。*口を大きく開けて歌うことが初めて分かった。*楽器になるのは難しい、きついことがわかった。*身体を曲げないことが分かった。*「声のモト」と、「声」の違いにびっくりしました。*歌 = 音 + 言葉 …等

■気をつけなくちゃ!と思ったこと

*もっと大きな声で歌う。*歌うときに「楽器でいる」こと。*語頭に気をつけたい。*姿勢をしっかりしておく。*歌の間、楽器の形を維持すること。*メロディに気をつけなくちゃと思った。*息を口から吸わないようにきをつける。*息を吸うときは鼻から吸うこと。*背筋が曲がらないように姿勢を正す。*声の響きを意識して! *口の開き方が小さかったからもっと大きく開く。背中をピンと伸ばして。猫背じゃダメ! *身体を大きなピアノのようにする。*もっと練習。…等

■どんなふうに詞を読みたいか…

*大きな声ではきはきと。*語頭を立てて。明るく。*元気に。*きれいに。*楽しいかんじに。*気持ちよく。*リズムカルに読みたい。*相手をひきつけるように。*自由に。*楽しく真剣に。*大きな声で。*最後まで声を工夫して読みたい。*やさしいかんじ。*笑顔で。*低い音。*声をきれいに、口を大きく開けて。*元気よく楽しく、みんなにお客さんにプレゼントする気持ちで。*夜の星を見ているかのように、楽しみ喜ばれる詞を。*誕生日パーティで大きな声で歌をうたって祝うような感じで。*好きな人、相手を考えて呼びかけるように。…等

■ご質問はありますか?

●何才のころから音楽に興味を持ったのですか?

特別に「興味を持った」ことはありません。音楽は普通に、自分のものとして「ある」ものなので。

●どうしたら大きくきれいに声が出せるのですか?

大きな声のためには、エネルギーが必要です。歌のエネルギーは「息」です。皆さんと一緒にやった「S-----」のトレーニングを私もしています。きれいな声のためには「響き」が必要です。皆さんと一緒にやった「ノドを開けるトレーニング」を、私もしています。それらを身

に着けて、声は「大きくきれいに」なっていくのですよ。

●リコーダーはうまいですか。

はい。でも大学にはもっと上手な「管楽器の専門家」がいます。その人に比べたらまだまだ!ですね。

●歌が好きな理由は?

歌は好きでも嫌いでもありません。私にとっては「普通のこと」なのです。「人間が好きな理由は?」というのと同じ質問に思えます。私は「猫」は「大好き」ですけどね!

●どんな歌が好き?

「魅力ある」歌が好きです。この「魅力」は、曲によっていろいろですよ。

●どこに住んでいるの?

家は東京です。大学の先生をしている時は京都に住んでいます。

●誕生日はいつですか。

2月17日です。

●なんで歌手になったんですか?

歌うことが得意だったからです。

●声を出せるひけつを教えてください。

皆さんと一緒にやったストレッチ、息のトレーニング、ノドを開けるトレーニングが重要です。

●好きな食べ物は?

「食べること」それ自体が大好きです。美味しいものはなんでも好きなので決められません…

●何才ですか?

あなたが「史先生は、〇〇才ぐらいだろうなー」と思った、それが正解です。「年齢」を聞くのは、社会人になったとき、とても失礼なこととされています。気をつけましょう!

●いつからはじめたんですか?

「歌のトレーニング」を、でしょうか? ちゃんと「歌の先生」についたのは高校生の時です。

●声の速さは関係あるんですか?

息のスピードは、音楽にとっても影響がありますよ!

●子どもはいますか?

自分の子どもはおりません。「子どもの有無」を聞くのは、社会人になったとき、とても失礼なこととされています。それはどうしてか…理由は、おうちで質問してみましようね!

●歌は習っていたんですか。

はい、習っていますよ。今でもトレーニングしています。

次の授業機会は夏休み明けになることから、「夏休み中の宿題」として、岸邊教諭を通じ、以下の「お手紙」を児童に送付した。

【日栄小学校5年生の皆さんへ】

こんにちは!! 7月13日は、皆さんと一緒に歌の授業ができて、とてもうれしい日でした。

岸邊先生から、皆さんの「まとめノート」を見せていただいたので、「まとめノートのまとめ」を作りました。

くさんの【気づいたこと】【気をつけたいこと】が発表されていきましたね！どれもみんな大切な事ばかりで、「おお！皆さんよく分かっているなあ！」と感心しました。

【質問】も寄せてくれてありがとうございます。お答えしましたので、見てくださいね。

さて、次回までに岸邊先生とやっておいてほしいこと…それは「詞の解釈（かいしゃく）」についてです。

ここに書いてある言葉、ひとつひとつは難しくありませんから、皆さんすぐに「意味」は分かるでしょう。目を向けてほしいのは、「この詞は、どんな状況で、どんな人が、どんな気持ちで語っているのかな？」ということについて…です。

たとえば「こんにちは」というご挨拶の言葉一つにしても、*楽しく遊ぶ友達同士で *久しぶりに会った親戚のおじさんに *友達のお母さんに *学校のお客様に *社会科見学に行った先の係の方に *病院にお見舞いに行って看護師さんに友達の様子を聞くと *前に叱られたことがある近所の方に *お葬式でお経をあげてくださるお坊さんに *お祭りの準備をしてくださる地域の方に *駅で偶然会った校長先生に *親戚の赤ちゃんや年下の子に *いつも使う郵便局の局員さんに *卒園した幼稚園・保育園の先生に *いま具合をわるくしている方に *いま哀しい気持ちの人に *これから進学する予定の中学校の校長先生に など…相手がどんな立場の人なのか、そこがどんな場所なのか、相手はどんな気持ちなのか、相手にどんなふうに思っているのか、そういう「いろいろな事」を考えて、皆さんは言い方・話し方を変えているはずですよ。

『見上げてごらん夜の星を』この主人公は、どんな気持ちなのでしょう、どうしてこの言葉を使うのでしょうか、言葉にすることで、どうしたいのでしょうか？それを「想像すること」が「詞の解釈（かいしゃく）」です。どうぞ、いっぱい想像してください。そこから、「こんなふうに読みたい」が出てくるのではないのでしょうか？

この詞の主人公は、こういう風に思っていたんだろうな…「皆さんの想像」を、本番のステージで、お客さまにお伝えしていきましょう。

それを伝えるための声は、どんなものが良いのでしょうか？

ただ「聞こえる」だけではなく、どんなふうにお客さんに「聴かせたい」か、を考えましょう。「歌」を形作るための「言葉」そして「声」には、この「聴かせたい色合い・香り」がとても大切です。この、色合いや香り、肌触りのことを「音色」と言います。どんな音色で語ろうか、歌おうか、考えましょう！私も考えます。

また皆さんとお会いするのを、心から楽しみにしています。 渡邊 史 より

第2回授業は、すでに既知の者同士という雰囲気があり、導入はスムーズだった。ここは岸邊教諭の力に依るところが大きい。音楽の授業時間だけでなく、朝や帰りのひと時に折に触れて詞を読んだり、歌ったりする時

間をもち、楽曲それ自体のみならず、いま自分たちが取り組んでいることに心を向けていかれるような動機づけを意識的に行っていた。そのおかげで児童たちにとって「歌の史センセイ」はよく知った、身近な存在として存在し得たのである。また、楽器等がない学級教室でも歌の練習ができるよう、track1. 模範歌唱（筆者独唱+ピアノ演奏）track2. 児童パート track3. 大人合唱パートから成る「稽古用CD」を作成し、託してあった。岸邊教諭の談によれば、模範歌唱CDを児童に聴かせ「これは史センセイが歌ってはる」と説明したところ「ウソだあー！」と、にわかには信じてもらえなかったとか…児童たちが「歌手」という職業者と直接会ったことは、これまでほぼ無かつただろうことは想像でき、驚きをもって「聴いて」くれたことは喜ばしく…微笑ましい。

まず「声の音色、言い方」について言及した。日常のちょっとした会話の端々、「おはよう」「いってきます」「さようなら」「ごめんなさい」「ありがとう」なども、そこに「自分の心」が無かったら、単なる音の羅列であって「言葉」ではない。言葉とは、そこに発する者の意志があり、さらにその意志が的確に表現されてこそ初めて「言葉たり得る」のだということを、例を用いながら解説した。言葉による座学的な時間が多かったにも関わらず、児童たちは集中し、納得しつつ聞いていた。

次に、詞の解釈を全員で行った。そこでは夜の寂しさ、しかしそこにある優しさ、孤独の持つ一種の甘美さ、その先にある希望、そしてそれを見据える勇気…といった、細やかな、一見では気づきにくいような心の機微にも言及したが、児童たちはそれらを理解しようとし、心情を重ね、ときには共感しながら共に解釈を進めていった。

その後は「いい声体操（呼吸・発声・発音トレーニング）」を経て、「声としてエネルギーを放つ」体験をしていった。ここでヒントとなるのは「キャッチボール」である。クラスを2グループに分けて距離を持ちながら対面して立たせ、「おーい」「ヤッホー」等の声を、実際にボールを投げるフォームをしながら発していく。この時に気をつけるべき点は以下である。■キャッチボールのときと同様、「受け手・相手」の存在を明確にする…距離や位置など、明確な目的・計画を以て声を発する。■相手の取れるボール（声）を発し、確実に受け取れたかどうかまで、責任を持って確認する。…大きすぎる・小さすぎる・暴投は、「届かない」のでNG！■実際に投球フォームをとる。…全身を、ことに肩甲骨周りを動かすことで余計な力みが抜け、声帯を動かす内喉頭筋群の動きもスムーズになる。

その後は教室後面の窓に向けて全員対し、視界の先にある体育館を目標として示した。「史センセイは、教室に来る前に体育館の裏にカゴをひとつ置いてきました。そこに皆さんの【いい声エネルギー】をいっぱい入れてください。それをお土産にして、これから大学に行くからね～♪」そう言うと児童たちからは「ウソだー！」「そんなのできないよ」等の声（当然）あがるが…こちら

がシレっと「正しいマジメさをもって要求」すると、児童たちはたいへん誠実かつ一生懸命にそれに取り組んでいた。こうして「声を発するには計画・準備・そして適正な行動が必要」という概念をもたらすことに成功した。

最後に筆者による模範唱を行い、授業は終了した。このことで児童たちは「史センセイは歌手」に納得したようだった。

【まとめノート②の、まとめ】

■きょう知ったこと、驚いたこと、大事だなと思ったこと

* 次の練習のときに、もうちょっときれいで大きい声で歌いたいです。* わたなべ先生の声が大きかった。* 歌声に迫力があってびっくりした。* 声を美しくする。* 声の音、低い音 * 指を口に入れていうことを、練習しなあかんと思った（「口の中」、よく開くと、よく響きま

すからね！しっかり練習しましょう。）
* 口を大きく開けることが大事だと思った。* 言葉の最後をちゃんと止めること。* 最後のところを大切に * 相手がとれるボールを。ホールのお客さんに伝わるように。相手が受け取ったか確認する。* 相手にしっかり伝えるということが大事だと思った。* 声がちゃんと届くように歌うことが大事。* 語頭が大切だということがわかりました。* 語頭をたてて歌うのと、普通に歌うのと全然ちがうので、大事だなと思った。* 言葉の大切さを知って、言葉を大事にしたいと思いました。* 気持ちがこもっていないとお客さんは変な気持ちになるから、ちゃんと気持ちを込めて歌います。* 歌うときは夜を思って歌ったり、聞いている人にしっかり伝えることが分かりました。* 「おはよう」と「さよなら」が大事な意味だってこと。* 「おはよう」は、きょうも会えたねということと、「またね」はまた会おうねということを知った。* 気持ちをこめるか、こめないかで、ぜんぜんちがうのを今日知った。* 言葉は気持ちが大事で、歌でも気持ちが大事なんだなと思った。* 大事だなと思ったのは声の大きさと気持ちです。声が大きすぎるとダメだし小さすぎてもダメだからコントロールすることをがんばりたいです。

■気をつけなくちゃと思ったこと

* 口をしっかりひらくこと。のどもひらくこと。* 楽器の姿勢をキープする。* 歌うときは楽器になること。* 「。」がついているところは、ちゃんととめないといけないと学んだ。* （言葉の）最後まで気を抜かないこと。* 文の最後がぐしゃっとならないように。* はしっこまで声が届くように、マトをねらって。* キャッチボールみたいに声を届けるかんじで、お客さんにキャッチしてもらったところを気をつける。* 相手にしっかり届けることが大事だと思いました。* ちゃんと歌が届いているかを確認することです。まだ歌うことだけに集中してそのことを出来ていないので意識したいです。* しっかりキャッチできるボールを投げるようにすること。* お客さんに見せるのではなく、届けなければいけないこと。* ていね

いに歌うこと。* 感情を伝えるように歌うこと。* 言葉に、自分の思いや心を大切に。* 声の調節。* ひくい音でうたう（「落ち着いた音」のことかな？声に色々あることに気づいて、素晴らしい！）* 声を低くするところと高くするところを気をつけなくちゃダメだと思いました。* 声の大小、速いおそいに気をつける。* しっかり声をのぼす。* もうちょっと声を大きくしたい。* みんなより速く声が出ないこと。（「速い」必要は、ぜんぜんありませんよ！確実に丁寧に！）

■どんなふうに歌いたいかな…

* きちんと習ったところは止める。* 響かせたい。* 低い音できれいに歌いたい。* 大きな声で、はきはきと。* 声の大小、速いおそいに気をつける。* 夜空を見上げるように歌いたい。* 曲の題名のように。* 静かできれいな星を見ている。* 夜の静かな雰囲気の中で、やさしい気持ちが伝わるように。* 心をこめて * しっかり伝わるように。* 楽しくていねいに。* 明るく、楽しく、美しく * 気持ちよく。* いつも前にお客さんがいて、その人に歌と気持ちを届けるように歌いたい。* 大事だな、気をつけなくちゃと思ったことを意識しつつ歌いたいです。* きれいな声で、むだなく歌いたい。* 「聞きに来てよかった」と思ってもらえるように。* お客さんに喜んでもらえるように歌いたい。* お客さんの体が楽になるように歌いたい。…等

■ご質問は？

●先生は、毎日、音楽の練習をしていますか？

「歌そのものの練習」は、スポーツと同じように、やりすぎると体を痛めてしまうので注意しています。電車に乗ったり、ご飯を食べたり、本を読んだりしながらも、「これは音楽に通じるな…」とか、いろいろ考えています。大学の生徒さんたちとのレッスンは、自分にとってトレーニングです。

●舌が引っ込まないようにするには何をしたら良いですか？

最初の授業で教えて差し上げた「ペロのストレッチ」を毎日よくやることです。舌は筋肉なので、ストレッチをすることで柔軟さを手に入れることができますよ。

●何年ぐらい歌っていますか？

1歳くらいの時に、歌っている声の録音が残っています。プロ歌手としてお金をもらうようになってからは、もう20年以上たちました。

●どうやって、そんなに声をひびかせられるんですか？皆さんに授業でお教えしたことを、ぜんぶやると、できます。「史先生のマネ」をしてみてください。

●どんなかんじに歌ったらいいですか？

それを皆さんと一緒に考えていきましょう。この「まとめノート」にも、たくさんのお意見が寄せられていますね。どれもとっても大事なことです。ぜんぶ、やりましょう！

●コンサートの時に持っていったいいものを教えてください。

また近々、本番のための「しおり」を作って、皆さんに

お渡しします。何を忘れ来ても良いのですが、「健康にその場に参加する」ことを、ぜったいに頑張りましょう！
●きんちょうをほぐすためには、どうしたらいいでしょうか。

緊張は…必ずします。緊張しても、ちゃんとできるように準備やトレーニングをしておけば良いのです。

ノートを拝見し、皆さんが私の注意したことを良く理解し、受け止めてくれていることが分かり、とても嬉しくなりました。これから先の練習では、今回、皆で学んだように「穏やかで優しい夜を、毎日を、皆で楽しく安心してすごせますように」という、心からの「願い・祈り」を声にしましょう。その「あたたかい大事な気持ち」を、お客さんに確実に届けましょう！！キャッチボールのように、「声」を相手に届けるための練習、しっかりやっておいてくださいね。

もちろん、「語頭」や「ことばの最後」の意識は忘れずに…よく響く声のために「楽器になって」「口も身体も大きく開いて」歌っていきましょ。皆さんと、こんなにたくさんのことを考えて準備しているのですから、きっとお客さまにも喜ばれますね！！次回の授業も、ステキな時間になりますように！！

Soprano 渡邊 史 より

第3回授業は、小学校の「フリー参観日」にあたった。保護者たちは自由に校内を周り、授業を見学する。予め学校側からこのことに対してのエクスキューズがとられていたため、さして問題は感じない。たしかに授業中の出入りは集中力を損なうこともあろうし、児童たちがいつもとは違った気持ちから行動に影響が出る可能性も否定できないが、むしろ好都合な面もある。それは、今回のプロジェクトに対して保護者にも共感し、「大事な、特別な機会」として認識されることだ。児童たちに伝えている知識や方法は、「子ども」だけに当てはまることではなく、むしろ「ヒト全体」が当たり前で共有すべき「表現に関する事々」である。児童たちが一定の知識に依って行動し、それが分かりやすい成果となって発されていく様を観ることで、「声・言葉による表現」というもの自体に心を寄せてほしい、これが第一点。もうひとつは、「観客」としての役割を担うことである。児童たちは新しい知識をもち、自意識に基づいて「新しい意志的な行動」を試みているが、それを受け止める相手…先回授業で挙げたキャッチボールの相手＝観客の存在があれば、その行動はより具体的な意味を見つけていくことができる。また、授業を共にしている児童たちの全員がステージに乗るわけではなく、家庭の都合やスケジュール等によって「きょうが最後の機会」となる児童もいる。彼らにとってはこの時が「成果発表の場」になることは節目として喜ばしいし、ステージに乗る児童たちにとっては丁度よいリハーサルの機会にできる。

これまでの総復習として、「いい声体操」（保護者たちも共に行うよう促した）を経て、「語頭意識」「解釈に基

づいた音色意識」「板書朗読」「キャッチボール発声」を行っていく。保護者たちの存在は、緊張感や適度な「カッコつけ」の気持ちに働きかけ、良い効果を上げているように見受けられた。最後に「仕上げ」として、後方の保護者たちの方へ身体を向けて歌唱した。保護者の中には涙ぐむ方もあり、熱心に耳を傾け、そして大きな拍手を贈られた。「本番の日にはうかがえないので、きょう聴けてほんとうに良かったです」と、筆者に声をかけてくださった方（お祖母さま？）もあり、様々な想定どおり、良い時間とすることができたように思われた。

授業後に「良かったところ、あと一息いけそうなところ」を交えつつ児童に対して評価をしていると、ひとりの児童が岸邊教諭に何か耳打ちした。教諭から「史センセイ、前回授業のあと、体育館裏のカゴに【いい声】がたくさん入っていたか、知りたがっています」と…筆者は正直なところ、前回、自身がそういう（カゴに投げ入れる）意識付けをしたことを失念していた。慌てて（しかし平静を装って）「前回の皆さんの【声】は、体育館裏のカゴにたくさん入っていましたよ。でも少しこぼれているのもあったから、もうちょっと気をつけて発信したら、もっと良かったかもしれないですね！次はきっと、もっとステキ！」と答えると、児童たちは嬉しそうに、納得した様子だった。これも嬉しく微笑ましいエピソードのひとつである。

4. 本番へ

3回の授業を経て、児童たちと【ステキな歌】についての様々な要素・知識を共有した。あとはこれを「実行する」わけだが、児童たちにとってはこれも初めてのことである。

日栄小学校は本格的な「土俵」を敷地内に備え、校内相撲大会がもう50年も続いていると聞く。スポーツ分野は大変に盛んで注目すべき行事が多数あるが、「音楽会」や「発表会」などの機会は現在設定されておらず、その点も藤谷校長、岸邊教諭らが今回の事業に参入することを決めた理由のひとつと聞く。芸事の本番でしばしば「一回の本番は数十回の練習にまさる」と言われるが、まったくそのとおりである。スポーツ競技等の分野にしても同じだが、「練習」が大切であることは言うまでもない。「練習」とは、自分自身と様々な「約束」をしていくことだと考える。「この部分に関しては、こうしよう」、「あの箇所はこの時点で布石を打ち」…等、一定の時間（瞬間の連続）を望みうる最良の状態とするための能動的かつ連続したな努力行為の連なりこそが、「演奏・演技・競技」であると言えよう。様々な努力行為を自分と約束こそすれ、しかし、「本番」というたった一度の機会に、練習で培ったすべての「約束」を遂行することは非常に困難である。肉体と精神とが均衡を保ち、思いどおりに動く身体であればなんの問題もないが、怪我や病気など特筆すべき不調はないにも関わらず、緊張や不安が心を波立たせ、身体状況に著しい影響をあたえるこ

とがしばしばある。いわゆる「アガって」しまう状態だ。歌唱の場合によく見られる症状としては、呼吸、ことに吸気が浅くなり、そのことがヒキガネとなって自律神経の安定が損なわれる。ここから引き起こされる典型的な症状として、口中の乾き、手足の冷えや震え、顔面筋の痙攣などはダイレクトに「声」に影響を与える。こうならないために演奏家は様々な予防策をとるが、むしろ「緊張するのは当然のこと」として受け入れ、「緊張しても計画遂行できる状態」に自身をしておくことを、準備段階から備えたほうが建設的であるし、成功率も高い。「できることは遂行する、困難であっても貫行する」ためには、緊張を乗り越える「なにか」…ある種の「気合」が必要になる。これは経験して初めて身につくものであり、想像するよりは体験してしまった方が折り合いがつく。日常とは違う空間・時間に足を踏み入れる覚悟は、「やってみなければわからない」。その一線を踏み越えるための「気構え・身構え」は心身に刺激を与える。もちろんこの「刺激」は「ストレス」とも言い換えられるもので、個々に向き不向きはあると思う。しかし、向いているか・いないかも、「経験してみないと…」なことは確かだ。「緊張する」「自意識をもって取り組む」「約束を果たそうと尽力する」＝様々なことを「頑張る」状態を児童に体験させるのも、本プロジェクトの大切な意義のひとつと考えていた。

当日は心配されていた台風の影響が去り、児童・小学校関係者の楽屋入り時には青空に恵まれた。リハーサルでは歌だけでなく、客席から舞台へのスムーズな出入りの練習も重ねた。当日共演 18 名の児童たちは緊張の面持ちであるが、よく指示に従い、ひとつひとつの確認を丁寧に行っていた。「舞台からの発信」には、やはり想像以上の「気合」が必要なようで、顔を見合わせる者、指定された場所から少しずつ後ろへ下がって行ってしまう者、クールダウンの時間が必要になる者、何度も楽譜を取り落とす者…様々だった。しかし中には傍から見てもしっかりと自分を奮い立たせ、必死に大きな口を開けようと努力する者、目をキラキラ・ニコニコしている者もあり、それぞれがそれぞれに「自分との折り合い」をつけようとしている様が見られた。「客席に、自分の言葉と声と気持ちを届けたい人を、1 人見つけて、その人のために！」授業から続けてきた合言葉も、いつもよりずっと長い距離をエネルギーで埋めることの大変さに、飲み込まれがちになる。だが本番前の休憩時、楽屋へ彼らを見舞った際には、にぎやかにお弁当を食べていたので、筆者も安心して歌手としての自分に専念することができた。

児童たちは出番まで「お客さん」として、客席にてコンサートを鑑賞する。岸邊教諭と藤谷校長をはじめ、学校関係者そして保護者（出演児童一人につき招待券を 1 枚配布）らと共に一角に陣取った彼らは、コンサートを楽しんでいるように見えた。当日はリクエスト形式の内容だったが、恐らくは児童の一人が書いたであろう曲を

歌ってやることもできた。

第一部ラストが、彼らの出番である。肅々と…ほんとうに、肅々と、彼らはステージに上がり、立派に本番をつとめあげた。客席から湧き上がった大きな拍手は当然であるし、劇場は彼らの登場から最後までずっと、暖かさにあふれていたと感じられた。

【まとめノート③の、まとめ】

24 名分のノートを回収。質問は児童の言語環境・語彙表現力に配慮して複数回答可の選択式を中心にし、一部に記述を促した。印象操作を避けるため、肯定的・否定的なキーワードはランダムに載せた。【】内数字は人数である。

■今回の「歌をうたう」体験は、あなたにとってどんなものでしたか？

▲授業はいかがでしたか？

新しいことを知った【18】楽しかった【14】怖かった【0】難しかった【6】くたびれた【7】よく分からなかった【0】わくわくした【8】初めてのことが多くて驚いた【13】めんどくさいと思った【1】哀しくなった【0】嬉しくなった【3】緊張した【11】もっと知りたいと思った【6】自分は歌が上手くなったと思った【3】もっとやりたいと思った【4】つまらない【0】知らないことが多かった【11】やっと終わってよかった【2】皆と一緒にできて良かった【9】終わってしまうのが寂しい【7】元気になった【3】友達が上手になっていた【4】声が変わった【3】自分もできるんだと思った【7】自信がついた【6】その他【0】

▲コンサートに出演した人は、こちらからも選びましょう
楽しかった【9】怖かった【0】緊張した【13】頑張らなきゃと思った【8】哀しくなった【0】がんばれた【10】計画どおり【1】くたびれた【1】嬉しくなった【4】わくわくした【7】もう舞台は嫌だと思った【0】カッコよくなりたいと思った【1】お客さんを楽しませたいと思った【9】めんどくさいと思った【0】自分は歌が上手くなったと思った【2】想像と違った【4】またやりたいと思った【4】家族にほめられて良かった【7】皆と一緒にできて良かった【8】お別れが寂しかった【3】終わってホッとした【6】記念になった【11】思い出になった【11】次はもっと上手にできると思った【2】自信がついた【4】

その他：心を動かされた

■今回の「歌をうたう」授業から、新しく知ったこと、学んだことはなんですか？

▲身体の使い方… 身体を大きく使う【9】しっかり立つ【13】口をちゃんと開ける【16】息をしっかりと出す【11】その他：*だれかのために心をこめて*言葉の意味

▲ステキに歌うためのコツ… 声を響かせる【10】天井や壁に声を当てていく【16】日本語は語頭をたてる【20】文章をつなげて読む【4】最後まで丁寧にやる【14】聞いている人に届ける【17】相手に届いているかちゃ

んと確認する【18】その他：

▲曲にあった歌い方をする… 言葉の意味を考える【17】どんな内容・情景か考える【8】相手に伝えたいこと、気持ちを考える【13】相手に伝わるための方法を考える【16】自分の表情に工夫をする【7】言葉を文章としてつなげる【8】

■「歌の授業」を受ける前には、あなたが「知らなかった」ことはなんですか？

●語頭という言葉初めて知りました。【同義回答 8】
●歌をうたうときの気持ち。●相手にちゃんと届いたかを見る。●歌を届ける人を一人選ぶということ。●自分が楽器になること。●言葉一言にも気持ちをこめていうこと。●言葉の意味。●言葉の意味を考えること。言葉の意味の大切さ。●言葉をしっかり伝える。●歌がこんなにひびく。●こういう大舞台で歌えるのか、まず渡邊先生がどんな人かわからなかった。●「ただ歌うだけではない」ということがわかった。

■これから「歌をうたう」ときに、あなたが気をつけよう！と思うのはどんなことですか？

●語頭をたて、身体を楽器のように、お客さんにとどけるように歌おうと思いました。●身体を楽器にする、語頭をたてる、口を大きくあける、聴いている人に歌のプレゼントをする、ていねいに。●語頭をたてる。●しっかり語頭をたてること。●しっかり語頭をたてて相手に向かって歌うことです。視線、声の大きさ。●身体を楽器にする。【同義回答 5】●キャッチボールをするように歌う。相手をしっかり決めてその人に歌を届ける。●しっかり立つ。口を大きくあける。口を大きくあけること●言葉の大切さ。●言葉の意味を考える。●誰かのために心をこめて相手に伝わるように。●相手に届いているか確認。

■あなたが、今回の授業やコンサートで「うたう」ときに、大事にしたことはなんですか？

身体を楽器にする【18】しっかり立つ【12】身体を大きく保つ【3】口の中を開ける【9】響きを大切に【4】顔の表情【5】聞いている人に声を届ける【9】聞いている人に言葉を届ける【7】歌を届けたい相手をしっかり見る【9】勇気を持つ【10】言葉の意味を考える【10】伝えたい気持ちを意識する【7】最後まできちんと話す【7】丁寧にやる【7】集中する【9】

5. おわりに

プロジェクトを終え、自身の持論である「表現力の意志的構築」についての実地検証を教育現場において行い、予想どおりの結果を得られたことは、筆者の研究の裏付けとして大きなサンプルとなった。このような事業プロジェクトを今後も積極的に手掛けていきたい。

今回共演した児童たちは、筆者の発言趣旨・目的を理解し、さらにその意義や成果も受け止めることができていた。また授業の中で用いた朗読・歌唱表現の知識やテクニックについて、岸邊教諭は「これは国語とか、道徳

の授業でも使えることですね」と言われていたが、まさにそれが正解であると思う。

中央教育審議会初等中等教育分科会によって公表された平成16年4月以降の審議概要によれば、義務教育の目的として『義務教育を通じて、共通の言語、文化、規範意識など、社会を構成する一人一人に不可欠な基礎的な資質を身に付けさせる』ことを挙げ、さらに議論の中で出された『義務教育の目的とは、「人間力」を備えた市民となる基礎を提供すること。つまり、社会に生きる市民として、職業生活、市民生活、文化生活などを充実して過ごせるような力を育むことと言える。これは、「生きる力」として文部科学省が教育改革の中で提唱してきたことと軌を一にするもの。』『人間が人間として生涯にわたって生き抜く力を育成する基礎教育が義務教育の目的』等の意見も公表している。つまり教育現場の目指すべき「教育」とは、それを経てヒトが「人」たり得る、その過程をこそ助長するものであり、「生きるための力」を効果的に育むものであるべきだろう。

「歌唱」は声と言葉を用いる。ヒトはその種の特徴から単体では生きられない。生存のために集団を構築し、その中で用いるコミュニケーション手段として実用性・汎用性が高いのは「声、言葉」だ。歌唱とは「声、言葉」をもっとも高度に用いた行為であり、その結果をより高次にしていったものが芸術性を帯び、「芸」とみなされていく。逆方向からの考えに及べば、「高次の歌唱行為」を体験することで、人は自身の表現技術を工夫しつつ自在に使いこなすための努力をするようになるはずであり、豊かかつ自在な表現力はヒトが「人生を生き抜く」上で有効な「ツール」として用いられる可能性が高まるだろうと考える。

「音楽」の違いを動物が聴き分け、反応することは研究により知られている。また、オオカミ族や鳥類の一部が一定の効果を得ようと意識的に声を操り、発することも周知である。ヒトはさらに音楽を「意志的に選択して楽しむ」種族であり、身体上も「自在な発声可能な器官」を備えているが、鳥やオオカミのように自らの「声」を「ツール」として意識的に用いて…いや「用いよう」と積極的に、しているだろうか？筆者には、現代日本において、それがたいへん希薄に感じられてならない。

日々、歌手として「歌唱」し、それが人の心に響くことはもちろんだが、「表現の見本（サンプル）」としてそこに「ある」のも重要なことなのだろうと考え、改めて身が引き締まる思いがする。

末尾に…改めて、日栄小学校：藤谷 忍校長先生、岸邊知子先生はじめ学校関係者・保護者の皆さま、五年生29名の皆さんにはもちろん！そして、ひこね市文化プラザの皆さま、滋賀大学：畑 稔彦先生、奥田援史先生に、心から感謝を申し上げます。