

脱力奏法を  
確実に身につけよう



たけもと・きょうじ  
武蔵野音楽大学ピアノ科・国立音楽院ピアノ調律科卒業。英国トリニティ大学グレード・ディプロマを最優秀で取得。演奏活動と共に「ピアノ構造学・改良史・奏法史」のセミナーを行う。「国際ファンメル賞」受賞。著書「ピアノ大全」(ヤマハ)他多数。現在、日本ファンメル協会会長、国際ファンメル協会名誉会員、国立音楽院講師。全日本ピアノ指導者協会(PTNA)正会員。

ピアノの先生応援セミナー  
岳本恭治のテクニック講座  
これが正しい「脱力」指導です!  
～練習方法の決定版～  
(日時) 11月27日(火) 10:30～12:30  
(会場) 北習志野イトウシティホール  
(問合せ・申込) 伊藤楽器 YAMAHA ピアノシティ  
北習志野 TEL 047-465-0111

5月号で、脱力奏法のための  
正しいトレーニング法をご紹介しました。  
今回はそれを踏まえて、  
さらに別のトレーニング法をご紹介します。

3度のレガート ～ヘルツ：ピアノのための音階練習より～

まずノンレガートで、また、右手と左手を別々にさらってください。

6度のレガート ～ヘルツ：ピアノのための音階練習より～

3度のレガートと同様に練習してください。

オクターブ ～デーリンク：オクターブの練習曲より～

腕の力を抜き、手首を支点にして、手を鍵盤に放り投げるようなつもりで弾いてください。  
まず右手で、次に左手で練習しましょう。

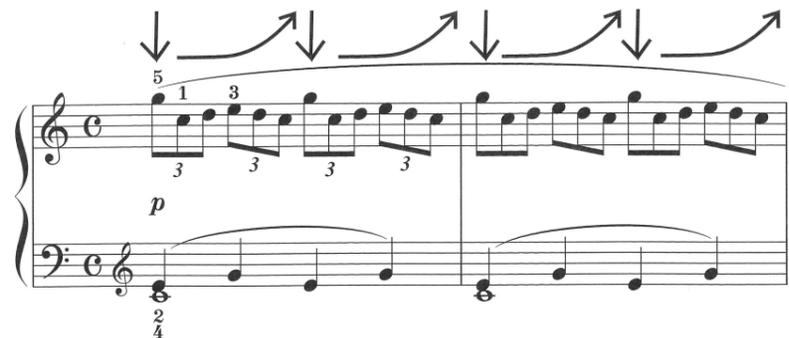
「チェルニー 30 番」を使って ～第1番で右手のトレーニング～

Allegro (♩=100)

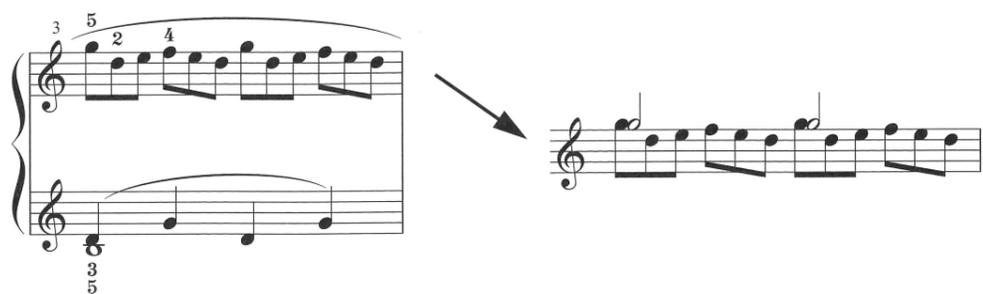
- ① 3連符のはじめの音だけ取り出し、すべて4分音符にして弾きます。それぞれの音符を弾くときに、腕の重さを鍵盤に乗せましょう。くれぐれも、打鍵直後に指で鍵盤を押しつけないよう注意してください。

- ② 1拍目と3拍目のはじめの音だけ取り出し、すべて2分音符にして弾きます。4分音符のときと同様の注意が必要です。

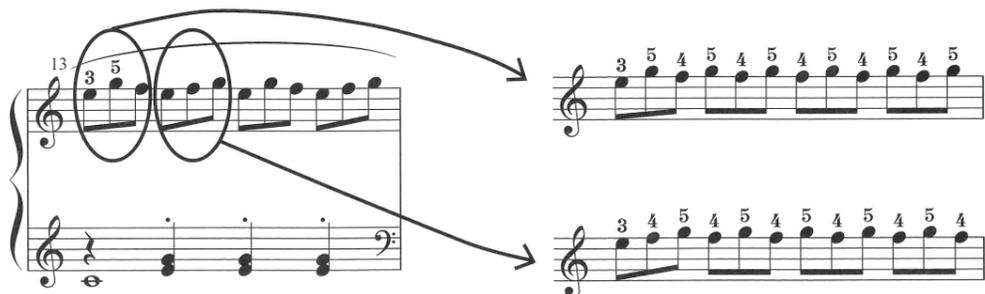
- ③楽譜通りに弾きます。②のときと同様、2拍単位で腕の重さを鍵盤に乗せます。はじめの音で重さをかけ、残りの5つの音は、抜きながら一息で弾き切ります。その間、決して余分な力を加えてはいけません。



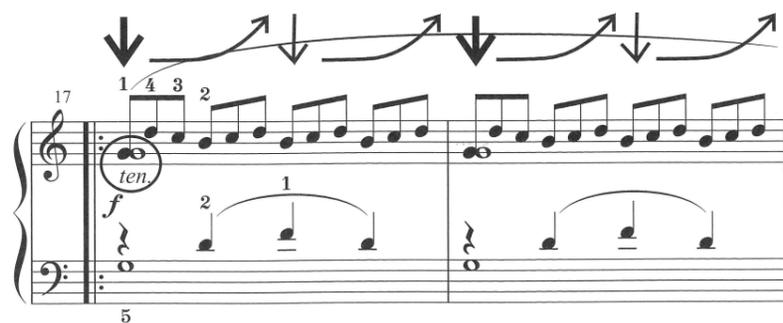
- ④3小節目は、テクニック的に特に困難な箇所です。①～③の練習のほか、ソを2拍伸ばしたまま他の音を弾く練習もしましょう。



- ⑤13小節目では、①～③の練習のほか、5-4や4-5の部分を反復して、これらの指を強化してください。



- ⑥17小節目からは、まず1拍目の全音符を十分に重みをかけて弾き、ただちに鍵が上がらない程度の軽い圧力で押さえます。3拍目のはじめの音では、1拍目よりも弱い圧力をかけてください。



ムジカノヴァ  
通巻  
500号  
記念

ピアノの先生応援セミナー 特別編

取材・文：山本美芽  
写真：武藤 章



# 生徒がもっと輝く 「憧れのピアノの先生」とは？

音楽のトキメキを伝えよう！  
～未来へ羽ばたくための公開レッスン&ディスカッション～

10月9日 音楽の友ホール

特別協賛：株式会社河合楽器製作所 ヤマハ株式会社 ローランド株式会社

樹原涼子、松本あすか両氏を迎え開催された、ムジカノヴァ通巻500号記念の特別セミナー。クラシックはもちろん、ポピュラーの世界でも活躍しているおふたりが提示する「これからのピアノレッスンのありかた」を学ぼうと、会場には多くのピアノ指導者が集まりました。

どのようなレッスン&ディスカッションが展開されたのでしょうか？



当日配布されたプログラムより