

最近あるアニメにはまっています。それは浦沢直樹さん作の【YAWARA!】です。僕が小学生の頃見ていたアニメなのですが、最近また見えています。これは実におもしろい！柔道家の猪熊柔が主人公となりさまざまなストーリーを展開するわけですが、感動で涙が止まりません。一生懸命やることの大切さ、楽しさを教えてくれる人生の道しるべです。一度ぜひ・・・

■リズム感ってよくなるの？

さて、前号の続きです。リズムとはとても奥の深いものだと思います。いろんなリズムがありますが、それらをしっかりと自分のものにしていかなければいい音楽というのはなかなかできませんね。リズム感がいい・リズム感がわるいなどとよく言いますが、どうすればリズム感ってよくなるんでしょうか？もちろんいろんなリズムパターンに慣れていくというのはありますが、リズム感のいい人ってどんな特徴があるのでしょうか。可能性として挙げられるものは・・・

- ◇小さい頃から音楽が身近にある
- ◇踊りをやっている
- ◇日々の生活でアクションが大きい
- ◇ちゃんとゆっくり練習できる
- ◇リズムを口ずさめる

とりあえずこの5つを挙げておきましょう。上の3つはあくまで可能性として、リズム感のいい人はこういう状況にある人が多いというくらいですが、自然と音楽を生活の一部としている人というのは体にいろんなリズムが染み込んでいる場合が多いですね。踊りをやるというのはリズムそのもの。リズムがなければ踊りになりません。機敏な動き、ゆるやかな動きなど全てにリズムがあります。これは音楽に大いに役立つでしょう。アクションが大きいのは、まあ人それぞれでしょうが、日々の生活にしっかりとアクセントをつけること。これは大事でしょう。リズムにはアクセントが必要不可欠。一言しゃべるのにもアクセントはありますね。驚くのも喜ぶのも悲しむのもしっかり大きさにやりましょう。体の動きがリズムになるのです。

そして、ちゃんとゆっくり練習する！これが大事です。多くの人はなかなかゆっくり練習することができていません。これはただゆっくり弾けばいいということではありません。ゆっくりと拍の長さ・強さ・休符を意識して弾くことです。それをしっかりとやらずにふつうに弾いてしまっても結局リズムは曖昧になっています。これに気づかなければいけません。そして、リズムを口ずさむということ。これを活用してリズム練習に励んでください。しっかりと口ずさみましょう。いちとーにーとーさんとーしーとー
いっとーにーとーさんとーしーとー
など拍をちゃんと口ずさみます。メトロノームといっしょにやるのもとても有効です。メトロノームといっしょにできるようになれば、リズム感がよくなっている証拠です。

メトロノームといっしょに練習するのは慣れないとなかなか難しいですね。しかし、メトロノームに慣れてしまえばそれほど難しいことはありません。ということは、リズム感も慣れてしまえばそれほど難しくないとことです。やはり大事なのはとことんリズム練習をすること。しっかりと口に出して練習しましょう。今回は足もつけて、口、手、足で練習してみましよう。足の部分は×のところは足で地面をたたいてください。

EX-1

【口】 タツタツタツタツタツタツ
【手】 × × × ×
【足】 × × × × ×

EX-2

【口】 タツタツタツタツタツタツ
【手】 × × × × ×
【足】 × × × × ×

EX-3

【口】 タツツタツタツタツタツ
【手】 × × × × ×
【足】 × ×× × ××

EX-4

【口】 タツツタツタツタツ
【手】 ×× ×× ×× ××
【足】 × × × ×

EX-5

【口】 タツツタツタツタツ
【手】 ×× × ×× ×
【足】 × × × ×

EX-6

【口】 タツツタツタツタツタツ
【手】 ×× × × ×× ××
【足】 × × × × ×× × ×

とりあえずこの6つです。足を使うとさらにややこしくなるので、今回はなるべく楽にできるものを用意しました。これで拍感を身につけてください。4拍子と3拍子の違いを体でなんとなく感じるだけでも結構です。体中でいろんなリズムを感じてください。とにかくやる！目的をしっかりと持って、それに集中して練習してください！

次は何について書こうかなあ。今考え中～・・・(T.Sakai)