

弾き方のヒント付
大人と子どものための
ピアノ教本

渡辺圭子編

それは
「ネコふんじゃった」から
はじまった



大人の
ための
ピアノ教室

大人と子どものためのピアノ教本
それは「ネコふんじやった」からはじまった 1

1995年11月25日 第1刷発行 ©

編 者 渡 辺 圭 子
発行者 渡 辺 圭 子
発行所 東京都新宿区神楽坂6の30
音 楽 之 友 社
電話03(3235)2111(代) 郵便番号 162
 fax 03(3235) 4 1962(代)

431210

日本音楽著作権協会(出)許諾第9500422-501号
JASRAC/ジャスラックの承認により許諾証紙貼付免除
語・木・乱丁本はお取替いたします。
Printed in Japan

(再複製等の対象は、本誌の権利者、出版社)
(再複製等を行うことは著作権者に禁じます)
印刷：大平舎／製本：成幸堂

この音楽著作物の全部または一部を権利者に無断で複製(コピー)
することは著作権の侵害にあたり、著作権法により罰せられます。

CONTENTS

はじめに	2
フィンガー・トレーニングの方法	3
鍵盤・五線	5
ネコふんじやった(連弾)	6
基本練習	10
音符と休符	12
1. なべなべそこぬけ	13
2. ビッグベン	13
3. 河は呼んでる	14
4. 五月	15
5. かつこうとろば	16
音楽の表情を示すし	16
6. 練習曲	17
7. 春がきた	18
8. 月	18
9. 手をたたきましょう	19
10. マーチ	20
11. スケーターズワルツ	21
12. ハッピー・バースデイ・トゥー・ユー	22
13. タやけこやけ	23
14. 禁じられた遊び	24
15. 人魚の歌	26
16. ある愛の詩	28
17. もしもピアノが弾けたなら	30
弾き方のヒント	32

はじめに

「ネコふんじゃった」から「エリーゼのために」へ向かってピアノの弾き方、表現の仕方、を習得してゆく教本です。独習にも向くようにと工夫してあります。最初にどの曲もドレミで歌えるようにすることが大切なので、CDをよく聴いて下さい。

曲の持つイメージに一貫性をもたせ、そう聴こえるようにヒントをつけました。心にその曲のイメージが来ると、かなりの人がそれらしく弾くことが出来るものです。CDの演奏は、ごく基本的なので、トントを参考にして自分だけの1曲を作して下さい。独習で弾いていると、ひとりよがりになってしまいますので、テープに録音して聴いてみたり、先生に聴いて頂くと、もっと立派なものに仕上がると思います。

テクニックの三本柱

1. 左右の手の分離

ピアノという楽器は、ひとりでメロディも伴奏も弾かなければなりません。ということは、左右の手でまったく違う動きを同時にするという事です。この左右、全然別の動きが早くできるようになることがとても大切で、これを最初から会得することにより、早く「ピアノを弾く手」にすることができます。(10～11ページの「基本練習」でこの練習をします。)

2. スケール(音階)を弾けるようにする

スケール(音階)はピアノの弾き方の基本のひとつですが、これが自由に弾けると、かなりの曲を弾くことが楽になります。メトロノームと合わせて弾く練習をすると、身体の中に拍子をきざむことができるようになります。(スケールは2巻の初めに出てきます。)

3. フィンガー・トレーニング

大人になって固くなっている指をやわらかくほぐすための、指の体操です。弾く時間がなかなか取れない忙しい方、大人になってからピアノを始められた方でも、どこでもできる便利なトレーニングです。1本ずつの指の独立や開きを良くし、機能を開発する効果があります。(本書の併用CDに伴奏が入っています。)

グループ・レッスン

独習や個人レッスンでも弾けるようになりますが、何人かのグループでレッスンを受けると、非常に楽しく挫折感もなくピアノを続けていくことができます。「禁じられた遊び」が弾けるようになったらテープに録音し、応募券Iをカセットケースに貼ってお送り下さい。お返事を入れてご返送致します。CDにつきましてはドにお問い合わせください。(手数料共5,000円)

宛先: 〒270 千葉県松戸市新松戸1 390-306 渡辺圭子 TEL. 0473-46-2450
郵便振替番号・00140-5-406046 Fax. 0471-75-0515

この教本楽譜を使って「大人のためのピアノ教室」をしていらっしゃるピアノの先生方が全国にいらっしゃいますので、ご遠慮なくお問い合わせ下さい。

1995年 渡辺圭子

フィンガー・トレーニングの方法

—ピアノを弾く良い姿勢で椅子に座ります—

1. 「良い姿勢」をつくる（「ビッグベン」の曲にあわせて）

両手を前後に振り、その反動で、机の上に良い形の手をのせる。（このトレーニングの目的は、手をうしろに振ることによって背中や腰の形を決めること）

2. 腕の運動（「月」の曲にあわせて）

両手を頭の上に伸ばし、肩から脱力して机の上でトランボリンのように弾んで下まで落とす。次に片手ずつ左右に肩から投げ出すように手を振る。

3. 手首の運動（「五月」の曲にあわせて）

机の上に良い形の手をのせ、3の指を中心にして手首を下に扇形に振る。次に内回しと外回しに手首を回し、二度扇形に振る。その後、手を伸ばして手の付け根から内側に大きくねじって手のひらが天井を向くようにし、最後に外回しにねじる。

4. 関節の運動（「手をたたきましょう」の曲にあわせて）

指先からひじまでを伸ばしてひじを大きく振る。指先から手首までをまっすぐに伸ばして、手首を大きく振る。指先から指の付け根までをまっすぐ伸ばして指の付け根を大きく振る。つぎに手を水平にして、指先だけを左右に振り、机の上に手を立てて3の指を中心にして上に扇形を描く。手首を上と下に90度に曲げる。

5. 指の水平運動（2巻に掲載の「浜への歌」の曲にあわせて）

机の上に良い形の手を置いて、1. その場所をたたく 2. 右へ伸ばす 3. 左へ伸ばす を指一本ずつ4回繰り返す。片手ずつ行い、動かしていない残りの4本の指は軽く机につけておく。

6. 指の垂直運動（「タヤけこやけ」の曲にあわせて）

1. その場所をたたく 2. 手首は上に上げて指先は下のほうへ伸ばす 3. 手首を降ろして指は上に向ける
以上3つの動作をやはり指一本ずつ4回繰り返して片手ずつ行う。この間ひじや肩など身体は楽にしておく。

7. 2本ずつ指を動かす運動（フンメル「練習曲」にあわせて）

腕を脱力して机の上に伸ばしておき、掌に空間をつくっておわんを伏せたような形にする。手首は机につけておく。指の付け根から指がストンと落ちるように動かす。2回ずつ繰り返して片手ずつ行う。

1の指・2の指、3・2、3・4、5・4、3・4、3・2、1・2、1・5、1・3、2・4、3・5、4・2、1・4、2・5、4・1、2・5、1・2、3・2、3・4、5・4、3・4、3・2、1・2、1・5の順で動かす。

1～7までは、指に筋力をつけたり、指の間がよく開くようにするために行う体操です。
身体は常に脱力して行なって下さい。

鍵盤・五線



♯ (シャープ) ...ついている音の半音上の音を弾く。

♭ (フラット) ...ついている音の半音下の音を弾く。

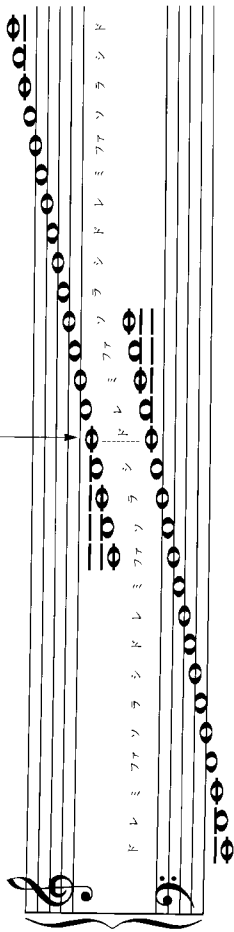
♮ (ナチュラル) ...♯や♭を消して元の音にもどす。

半音とはすぐ隣の音のことを言います。

臨時記号は1小節の中だけで有効です。

調号として♯や♭がついた場合はその曲全体に♯や♭がつかきます。

中央ド (ハ)



ネコふんじやった

—連弾—

作曲者不詳
渡辺圭子 編曲

gva-----*sempre* (終りまで)

Primo

mf

Secondo

mf

注1

注2

5

注1) — (テヌート) : 音を保って大切に弾く。

注2) — (スラー) : この中の音はつないでなめらかに弾く。

9

9

10

11

12

13

13

14

15

16

mf

17

p

(ネコの声)

21

p

(ネコの声)

25



29





基本練習

1 $\text{♩} = 96$ 注1

2 注2

3

4 *legato*

注1) ♯: くりかえし記号で ♯ にもどるが、ない時は初めにもどる。

注2) > (アクセント): その音だけ特別に強く弾く。

5

legato

6

legato

7

legato

8

legato

9

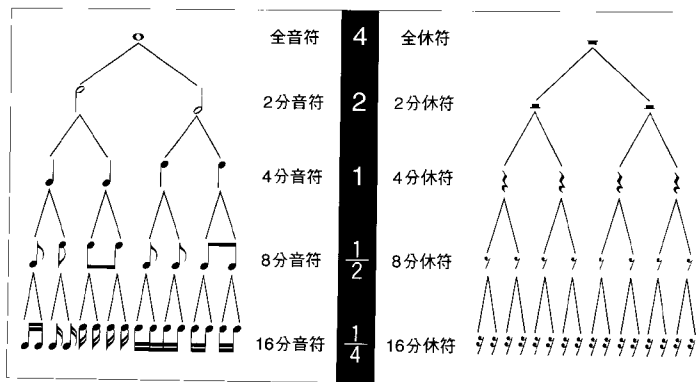
0

legato

注1) 〇 (フェルマータ) : 音を充分 (約2倍) 伸ばして強く。

音符と休符

音符と休符



▶ 数字は4分音符を1拍とした時の長さ

いろいろな音符

付点2分音符	$\text{♩.} = \text{♩} + \text{♩}^*$
付点4分音符	$\text{♪.} = \text{♪} + \text{♪}$
付点8分音符	$\text{♪.} = \text{♪} + \text{♪}$
3連音符	$\text{♩} \text{ (3 notes) } = \text{♩}^{**}$
5連音符	$\text{♩} \text{ (5 notes) } = \text{♩}$

* 付点音符は基の音符(♩)の半分の長さ(♩)を加えた長さになります。

** 3連音符は基になる音符(♩や♪など)を3等分した長さになります。



1

なべなべそこぬけ

わらべうた

♩ = 56

mf

注1

5

rit.

2

ビッグベン

外国曲



♩ = 56

注2

注3

5

注1) ♯ (アルペジオ) : 下から順にハープのように弾く。

注2) ♯ : 右側のペダルを踏むしるしです。

注3) * : ペダルを切るしるしです。

河は呼んでる

G.ベアール (1930～)

© Copyright 1958 by WARNER CHAPPELL MUSIC FRANCE, Paris
Rights for Japan assigned to SUISEISHA Music Publishers, Tokyo

♩=120
3
mf legato

8
p

14
f

21
3 1 4
p

27
2 1 2 1

4

五月

ベール (1837~1898)

♩ = 100

f legato

7

p

13

f

19

p

f

26