

## なつかしい世界の愛唱歌を歌う Part I

開催日 平成 14 年 11 月 9 日

講師 本学非常勤講師 水澤 節子  
ピアノ伴奏 本学助教授 瀬川 和子

●受講者の内訳

受講希望者108名のうち、当日は72名（男性17名、女性55名）が受講されました。

年齢は昨年度と同じく60代の方が39名で一番多く、続いて70代19名、50代12名でした。（40代、80代が各1名ずつ）

●講座内容

(1) 歌う前のリラックス体操

・首の運動（前後に倒す、左右に倒す、左まわし、右まわし）

(2) 腹式呼吸の練習

(3) 発声練習

・スタカート Pa Pa Pa …（ドミソミド）……（図1）

・レガート Ma Me Mi Mo Ma Me Mi Mo Mu …（ドレミファソファミレド）……（図2）

(図1)

Pa Pa Pa Pa Pa

この音型で半音ずつ上がり上の音がg<sub>2</sub>まで

(図2)

Ma Me Mi Mo Ma Me Mi Mo Mu

この音型で半音ずつ上がり上の音がg<sub>2</sub>まで

(4) なつかしい世界の愛唱歌を歌う

♪故郷の空（スコットランド民謡）

♪スワニー川（フォスター作曲）

♪野ばら（シューベルト作曲）

♪サンタルチア（ナポリ民謡）

♪はにゅうの宿（ビショップ作曲）

いつものようにどの曲についても作詞者、作曲者、曲のできた時代背景などを解説してから歌いました。

「故郷の空」は歌詞だけでなく楽譜も載せました。楽譜を載せた理由は、普段わたしたちが何げなく聞いて知っている聞き覚えのリズムと楽譜のリズムが異なっているからです。楽譜を見ながら正しいリズムで歌ってその違いを確かめました。

「スワニー川」では曲に強弱をつけることで表現の幅が広がることを実感していただきました。

「野ばら」は日本語とドイツ語の歌詞で歌いました。ドイツ語はカタカナで書いた歌詞を見て歌っていただき、ドイツ語特有のウムラウトの発音、語尾の子音をはっきり発音することを指導しました。

「サンタルチア」は日本語とイタリア語の歌詞で歌いました。イタリア語はカタカナで書いた歌詞を見て歌っていただき、イタリア語の㊦の巻き舌、日本語では同じラ行の㊥と㊦の発音の違いなどを指導しました。

以上4曲で時間が終了しましたが、受講生の方の希望で、私が「はにゅうの宿」を独唱しました。

今回は初めて外国の歌を原語（ドイツ語とイタリア語）で歌うことを試みましたが、原語で歌うことは私が思っていた以上に楽しそうで、生き生きとした表情が見えました。

身体の底から声を出して歌うことは肉体的にも精神的にも気持ちのよいことです。身体と心が解放されます。

日々の生活の中で歌うことによって、肉体と頭脳そして心に適度な刺激と緊張感を与え、健康で感性豊かな毎日を過ごしていただきたいと思います。