

クラリネット 中村めぐみさんの アンブシュア

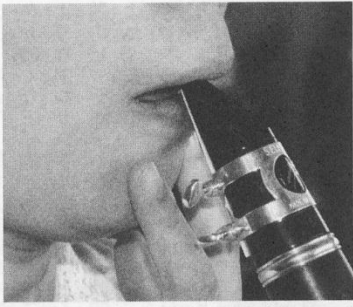
アゴを固定して、マウスピースを噛むというよりも、 「はさむ」イメージで

Clarinet

「とにかく最初のレッスンは必ずアンブシュアについてみっちりやります」というシエナ・ウインド・オーケストラの中村めぐみさん。ご自身の体験談なども含めて、アンブシュアにまつわる大切な話をうかがいました。

●よいアンブシュアの作り方

よいアンブシュアとは、マウスピースを噛むということではなく「はさむ」感覚です。まずは上の歯と下の歯の開きの間隔を決める。耳の下のあたりの関節から下アゴにかけての筋肉を使ってアゴを固定します【写真1】。実際に触ってみると、ただ口をあけた状態と、そのあとアゴを固定したときにキュッと筋肉が緊張する違いが分かります。続いて薄い下唇を作ります。そして下唇にリードをあてるのですが、リードに触れる前にその形を作ります。リードを歯に押し付けて下唇の形を完成させるではありません。



【写真1】 マウスピースをはさむ感覚で、アゴは動かないように固定する

下唇はリード（振動体）に触れていますから、ここが動いてしまうと、リードミスや音程のブレ、発音がうまくできない、という症状の原因になってしまいます。指で下唇を触ってみて、下の歯のラインが分かるくらいが理想的な唇の厚さです。この歯のラインがリードを支えます。リードにこのライン（線）の情報を与えるイメージです【写真2】。このラ



【写真2】 ライン（線）の情報をリードに伝える

インによって、リードの振動する部分の長さが決まりますからとても大切です。これがクラリネットを吹くときのアゴの感覚です。わかりにくい場合は、上下の唇を巻いて「ん〜」とひっぱってみましょう【写真3】。その状態で、口を少し開けてみる感じです。指で歯を押ししても周りの筋肉は動かないように。そしてそこに楽器をセットして【写真4】、



【写真3】 アゴの感じがつかみにくいときはこのように引っぱってみる



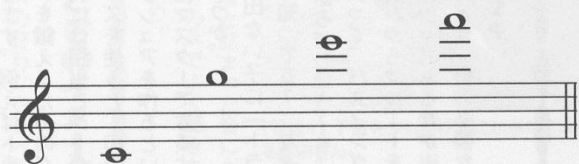
【写真4】 口の形がきたら楽器をセット

息が漏れないように口の端を閉じれば完了です。そのときに、自分から楽器をくわえようとすると、どうしても無意識に、せつかく作ったアンブシュアが動いてしまいますから、作ったアンブシュアに、アゴを動かさず

●適切なリードの位置を探す

どこをくわえるかは、マウスピースごとに違いますから、まずは適切な位置を探しましょう。【ラ】（譜例参照）の4つの音が同じポジションで出せる位置が適切な場所です。もし「ラ」が出にくい場合は浅くくわえずぎ、つまり振動しているリードの部分が短いのです。反対に深くくわえすぎている場合（振動しているリードが長すぎる場合）は「ミ」の音がうまく出せな

いはずです（「ラ」がでてしまう）。初心者のみなさんはハイトーンが苦手だと思ってい



特集★アンブシュア大研究!!

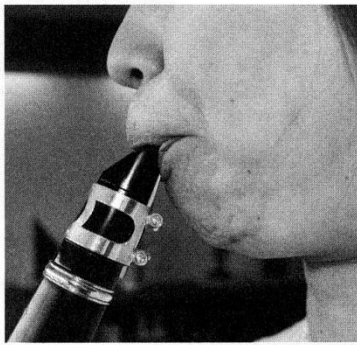
～プロ奏者に訊く理想のフォーム

ませんか? 「高い音を出すぞ!」「高い音は苦手!」とか思ってた吹いているとき、実は口を締めすぎ、リードを短く使うことになるから音が出ないのです。苦手意識は捨てて吹いてみましょう!

●アゴにお団子ができている ようなアンブシュアはNG

【写真5】

みなさんは先輩から、「口の端を引っ張るように、アゴにお団子(梅干し)ができないように」ってよく言われませんか? なんで、アゴにお団子ができるとアンブシュアはいけないのでしょうか。実はお団子ができているときは、下唇でリードを押しつぶしているような状態になってしまっています。この状態だと、リードに下の歯による「線」の情報が伝わっていませんから、リードは下唇の上でバタバタ振動してしまいます。これでは余裕がありません。それに「写真5」のように下唇が盛り



【写真5】アゴにお団子ができている悪い例

上がっていると、リードの振動に大切な部分を肉で覆ってしまうことになり、この吹き方だとすぐにバテてしまいますし、どんなにリードを薄くしても長く吹いていられませ

●舌の位置

タンギングをすると、アゴが動いてしまっ

人をよく見かけます。モグモグとアゴが動いている状態はともリスキーな感じがします。これは実は日本語特有の現象だと思います。ヨーロッパ言語だと、アゴを固定したまま舌だけ動かす発音があるのですが、日本語にはアゴと舌を別々に使う発音がないです。だから日本人はアゴと舌を別々に動かす筋肉の使い方を知らないのです。試しにアゴを動かさず(上下の歯の間隔を変えず)「ららら」、アゴを上下に動かして「たたた」と発音してみてください。そのときの舌はどんな形になっていきますか? 「ららら」は舌が平らに、「たたた」は舌が丸くなっていますか? 「ららら」のように舌が平らだと、口の中にスペースが確保され、息の圧力を減らさなくて済みます。この感覚がつかめると、タンギングの際にアゴが動いてしまう問題が解決されるでしょう。

●まずは自分の音を 聴いてみて!

できれば、自分の音がきこえる静かな環境で、開放の「ソ」の音をロングトーンしてみましょ。吹き始めてから音程が動いてしまふ、これは歯の位置が動いてしまっているからです。ちりちりと音が揺れてしまふ、これはアゴの不安定さが原因です。とにかく、まーっすく、音がのびるように吹いてみましょう。舌の位置がちよっと変わっただけでも音に現れてしまいますので注意して。ウォーミングアップは自分の状態を観察する時間です。奏法を整える、「自分」という楽器をつくるには、自分のことをよく知らないといけません。

●エア・クラリネットは できますか? 【写真6】

以前、高校生を教えに行ったときのエピソードです。かなりレベルの高い生徒さんたちだったので、「まずチューニングして

れる?」というと、みなさんチューナーで音を合わせました。「よし、合ったかな?」と吹いてみよう!と音を出したらバラバラ……。そこで「みんな、楽器をくわえないでアンブシュア作れる? エア・クラリネットみたいな感じでできるかな?」と聞きました。みんな「え?? 私どうやって音を出していたんだろ?」と戸惑っていました。意外と自分の吹いている状態を認識していないのです。「そ



【写真6】エア・クラリネットで自分が吹く状態を確認

れ、分かっておいたほうがいいでしょ? 考えてみて」といって、その後「じゃ、チューニングしてみようか」って音を出してみたら、今度はびったり合いました。アンブシュアのことを、少し意識しただけでも変わるものなのです。

●アンブシュアの舌を 考えたエピソード

私はずいぶん長い間、効率のよくない吹き方をしていたと思います。仕掛けも吹き方もマニアックだったので。大学を卒業して少したった頃だったでしょうか。高校から使っていた楽器を、すこし重い楽器に変えたのですが、息がまったく続かなくなりました。そこで今まで先輩や先生、友人などが私に言ってくれた言葉がよみがえってきました……「なんでそんなに一生懸命吹いている

のに、そんなに音が小さいの?」。その言葉を思い出して、「ああ多分、私は間違っている……息が続かないってことは効率の悪い吹き方をしているんだ」と思ったのです。無駄に息を使って、振動しにくい仕掛けで、振動しにくいものを、やたらに速い息のスピードで、多い息で無理やり吹きこんで、というように。

最初の頃はオーブニングの広いマウスピースだったのですが、オードックスなライヤーに変えて、でも最初の頃は「ミャーミャー」ってしまい大変でした。アンブシュアを変えることは想像以上に違和感を伴うものですから、そのときは苦労しましたね。変えた最初の頃、周りの人はあまり気づかなかったようでしたが、借りてきた猫みたいなものでした(笑)。でも変えてよかったと思います。できることが増えましたからね。

●毎日の心得

アンブシュアも楽器と同じように、毎日組み立てるといふ感覚です。まずは、素材を整えるという考え方で、効率のよい下唇などを毎日組み立てていく。ウォーミングアップでは、まずそのことを考えています。私のウォーミングアップは、まずスケールを利用して全音域がスムーズに出るかを試みます。ハイトーンがうまくヒットしない場合、くわえる位置(口のなかのリードの長さ)を工夫します。このとき、浅くくわえてしまうと、少しでも口力が入ったときに噛んでしまふ、リードとマウスピースがくっついて音が出なくなり、あわてて歯を緩めると今度は音程が下がって……という悪循環に陥ります。まずはハイトーンが出るポジションを探して、あとはタンギングでアゴが動かないように。

そしてハイトーンでもタンギングできる舌の位置を探して完了です。あとはリード選びですね。