

トロンボーン 萩谷克己さんの アンブシュア

基本は「口笛」 奏法上、さまざまに自由に自由が きくことが大切

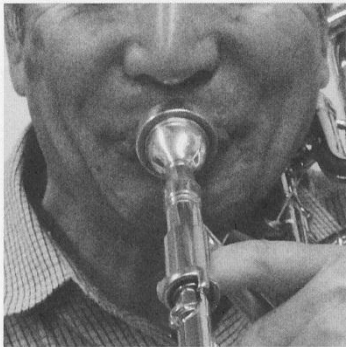
●よいアンブシュアとは

よいアンブシュアとは、「自由な演奏ができるアンブシュア」です。

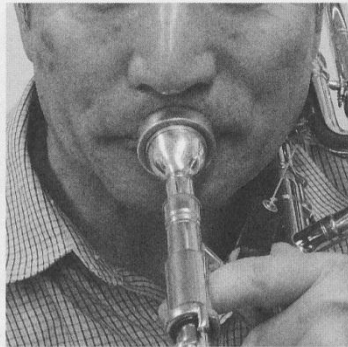
大きな音でも小さな音でも、高い音でも低い音でも、ねらった通りの演奏ができるというものです。もちろん音色も、音を通そうと思ったら通せて、ハーモニーの中に溶け込ませようと思ったらうまく溶けていく、そうしたことが全部できるアンブシュアです。

私は教えるときに、アンブシュアの基本は口笛だと説明しています。というのも中学校現場で指導していると最近では半数くらいの生徒が口笛を吹けず、しかもなかなか上達できない子に口笛が吹けない率が高いので、「初心者の人は管楽器吹く前に口笛を練習して」と話します。この練習は管楽器を始める際の前段階の準備に該当します【写真1】。この【写真1】で顔の筋肉の説明をすると、私が考えるポイントには3か所です。

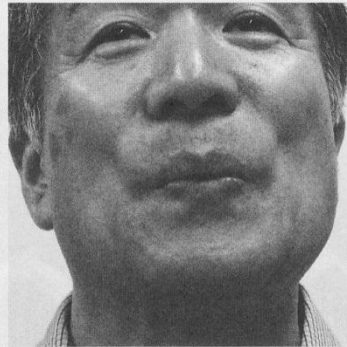
- ・頬骨の辺りは上げる。ここが下がっていると音がこもってしまう【写真2】。
- ・唇の両端は固定
- ・アゴは張る(唇の内側に隙間がないように)以上のことによって実際に楽器を吹くと、【写真3】になります。



【写真3】 基本的な演奏フォーム。頬骨の辺りが上がっている。アゴも張っている



【写真2】 頬骨の周辺が下がってしまっている状態。これだと音がこもる



【写真1】 口笛を吹いてみよう

●唇は力を入れずにリラックス

唇がリラックスした状態でなければ、音域、ダイナミック・レンジ(音量)、耐久力、すべてに悪い影響が出てしまいます。唇に余分な力を入れて、つぶしたりギュッと閉じたりして吹くと、詰まった音になりますし、すぐに疲れてしまいます。それを解消するために息の圧力を増して吹くと、今度は厚ぼったいうるさい音になってしまいます。

逆に、息が出ない人ほど唇が開く傾向にあります。開くと大きい音になったような聴こえ方がするのですが、それは割れた音なので

唇をつぶすと音がこもる、ひらくと音が割れる。どちらも極端な形だとなってしまう。でも、練習してうまく調節できるようになると、音色の変化がつけられるようになります。

トロンボーンは曲中でよく音色の調整が必要になる楽器ですので、本来は、明るく吹く、暗く吹く、という風に、場面によって感覚的に演奏できるようになれるとよいでしょう。

●音域による唇のシフト

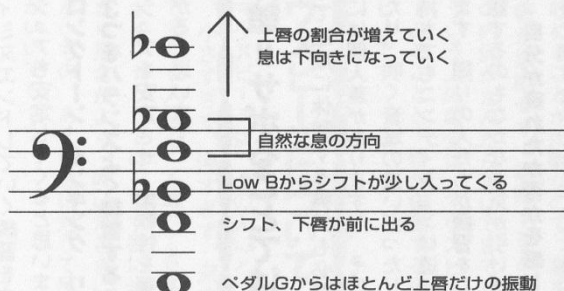
低音域では上下の唇の前後関係がシフトします。例えば通常の中音域では、上唇がほん

Trombone



東京佼成ウインドオーケストラで活躍する萩谷克己さん。奏法に関するアイデアや引き出しをたくさん持ち、それに関する論文や著書も数多く書かれています。“萩谷さんならではの”のアンブシュア論をうかがいました

萩谷さん音域表(唇のシフトのしかた)



の少し下唇にかぶさっている状態【写真6】ですが、低いFの音あたりから下の音域では、下唇が前に出ます【写真7】。これがシフトです。【写真4・5】の違いも見てください。ホルン以下の音域の金管楽器は、シフトができていくかどうかで音色がだいぶ変わります。これができないと低音が詰まったようになってしまう。

高音域では上唇の振動の割合が増えますが【写真8】、ペダルGより下の音域でもほ

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

●音域と息の方向

チューニングのBbからその下のFの音あたりでは、上向きでも下向きでもない、一番自然に息が出る方向で吹きます。そして中音

とんど上唇だけの振動になります。曲ではほとんど出てこないですが、私はトレーニンングとして必ず行なっていますし、生徒にもやってもらいます。



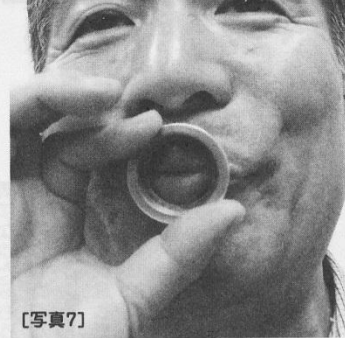
【写真8】 高音域では上唇の振動が増える



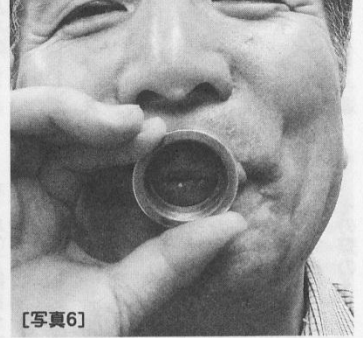
【写真5】



【写真4】



【写真7】



【写真6】

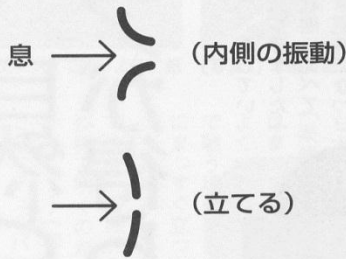
【写真5】【写真7】 下唇が前に出ている状態 【写真4】【写真6】 上唇が少しだけ下唇にかぶさっている

●音量と唇の振動するポイント

えていく必要があります。

唇の振動するポイントは音量によっても変化します。メゾ・フォルテは唇の真ん中で、ピアノやピアノニッシモになると唇の少し内側

唇の状態



音量

pp

mf

域から高音域へは上下の唇のシフトはなくアパチュア(唇の息がでる穴)を絞りますが、息を徐々に下向きにすると絞りやすくなります(ほとんどの人がこうしています)。この音から急に息の向きを変えるということはなく、少しずつ変化させていきます。

初心者ならば、私の書いた「トロンボーン・スケール・レッスン」(オンキョウパブリッシング)をオススメします。この本は図を見て視覚から入るようになっており、何調を練習しても、使う音域が下のEの音から上のFまでの基本的な2オクターヴになっています。中級者以上ならばレミントンンの「ウォーム・アップ・エクササイズ」、ジェイムズ・スタンブの「ウォームアップ・アンド・スタディ」、ジェイムズ・トンプソンの「ザ・バズィングブック」がオススメです。とくにトンプソンの本は、ポジションや指を考えなくていいので、初心者もマウスピースのバズィングで練習してほしいと思います。

●教則本の活用

●耐久力とアンブシュア

耐久力の面からいえば、「最小の力で最大の音が出る」のがよいアンブシュアです。効率のよい唇の振動で、音量の必要ない場所では力を抜けばいいわけです。その分が余裕につながり、もっと音楽的なことを考える余地が生まれますし、耐久力にも余裕が出てきます。それと休憩の取り方ですが、バテる直前で休めばすぐに回復しますが、もし本当にバテてしまったら長時間休むしか方法はありません。バテる直前には2つの兆候があります。第一にモチベーションやテンションが下がります。第二に呼吸が浅くなり唇の負担が増え

ます。そうなった場合、すぐに休めば5分で回復します。私は、個人練習では15分吹いたら5分は休憩を取るようになっています。一方で、完全に疲れてしまうと回復に1日くらいかかりますし、ひどいバテ方をすると一生回復しないときもあります。声が枯れても声を出さざるをえないのと同じで、唇が疲れきってバテてしまっても、練習があるので吹くしかない。なかなか疲れが回復しない悪循環に陥ります。ですから、ウォーミング・アップの段階から、バテないように練習メニューと時間配分を考えておきましょう。あとは練習や合奏で、高い音ばかり吹いたら、その合間に低い音も出す、低い音ばかり吹いたら、高い音も出すようにしてバランスを取りましょう。また、合奏中はバンドの響きに乘って吹くと疲れにくいです。

●構え方とアンブシュアの関係

構えとアンブシュアも大いに関係があると思います。トロンボーンは重くて長いために、楽器を持ちやすい構えになりがちです。でも楽器を持ちやすいからといって肩に乗せてしまうと、マウスピースは口の下にきてしまいます。その高さに顔をあわせるのと下を向いた構えになってしまうし、唇のよい場所に自然とセットできません。いわゆるスマイリングといって、中・高音でも下唇を突き出して唇の両端がつり上がる人のほとんどが、構えるときに先に肩に楽器を乗せています。ただ、楽器を浮かせたまま吹くのは、重いのでとても困難です。ですから「首に触れる」と考えるといいと思います。楽器が当たるところが気になる場合は、間にタオルなどを挟むということです。構えについては、プロフィールの所にある写真を参考にしてください。

アンブシュアの研究は金管楽器を吹く上で避けて通れませんが、最終的に無意識にいい演奏ができるように、まずアンブシュアを定着させるとよいと思います。