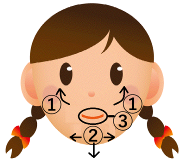
基本的なアンブシュアを身につけよう（管楽器）



※管楽器のアンブッシャの共通点

(1) 頬（ほう）を上げる（①）

　(2) 顎を下に引く（顎を張る）（②）

　(3) 口を「ウ」などの形にする（③）

ウォーム・アップについて

　運動するときには、まず準備運動します。同じように、楽器演奏でも始めに準備運動（ウォーム・アップ）します。

１．木管・金管楽器…・腹筋、背筋、口周辺の筋肉、唇を起こし、強化します。

　　　　　　　　　　・そのために、呼吸練習、アンブシュアの筋肉トレーニング、

　　　　　　　　　　・ロングトーン、音階練習、タンギング練習などを行います。

　　　　　　　　　　・また、美しい音色、スムーズなタンギング、音域の拡大を目指します。

　　　　　　　　　　・主な使用楽譜…デイリートレーニング（基礎編、通常編）

２．打楽器…・うで、手首、指のストレッチをし、ケガなく、筋肉や関節を動くようにします。

　　　　　　・左右の手足が均等に、好きなようにバラバラに動くようにします。

　　　　　　・主な使用楽譜…「スティックの基礎練習」

　　　　　　・参考…ビデオ「基礎奏法講座」小太鼓編　Step１～４

※ウォーム・アップをすることで、曲の演奏が楽になります。

タンギングについて

◯　タンギングとは、舌を使い、音を明確に発音したり、音を切ったりすることです。

◯　タンギングのイメージは、「トゥトゥ」と舌をつくのではなく、唇やリード、下の歯につけておいた舌を、リラックスして瞬間的に引いて離すことです。舌離れです！

◯　タンギングのコツ

・息の圧力を抜かずにタンギングする。（顎が動かないように）

・息の流れを止めずにタンギングする。

※タンギング時の舌の位置の目安

・フルート…唇の隙間をふさぎ、舌先についたゴミをはき出すようなイメージで

・リード楽器…舌先は下歯の付け根付近に置き、舌を前後させるイメージで

・金管楽器…アパーチュアの隙間をふさぐように

　※舌は余分な力が入ると動きにくいです。リラックスして楽にした方が速く動きます。

　　→普段しゃべっているときは意識しなくても、舌はよく動いています。しかし、早口言葉などをしようとすると、力が入ってできなくなりますよね。息の流れとリラックスが大切です。

◯　ゆっくりと簡単なリズムから始めて、少しずつ速く、細かいリズムにしていきましょう。

◯　タンギングの種類

・シングル・タンギング…"T"、"R"、"Z"などで発音します。一番多く使うタンギングです。

・ダブルタンギング…"TKTKTKTK"で発音します。速いリズムを演奏するときに使います。

・トリプルタンギング…"TKT"、"TTK"などで発音し、速い三連符のときに使います。