

音で繋ぐ 心意気

星槎吹奏楽団 星槎に関わるすべての人と音楽を創りたいという
想いで、2019年春に発足しました。水曜日もしくは土曜日に北斗校で
練習しています。全パート募集中！！また、楽器や譜面台などの寄付も
受け付けています。

「音で繋ぐ 心意気」という宮澤会長のメッセー
ジの下、団員一同精一杯練習に励んでいます。
皆様のご協力・ご支援をお願いいたします。



♪活動報告～オンライン個人レッスン始めました～♪

星槎吹奏楽団が、現在どのような活動を行っているのか紹介します。

コロナウイルスの影響で休校が続くなか、「オンライン個人レッスン」を実施しました。

今だからできる！そんな活動をこれからも続けていきます♪



星槎国際立川 3年 二村くん (チューバ)

「オンラインで個人レッスンをします！」と連絡がきたときは驚きましたが、嬉しかったです！
2月から今まで楽器を触りたくても触れなかったので久しぶりに吹ける！！しかも個人練習では
なく鈴木先生がマンツーマンで指導してくださることが、とても嬉しかったです。僕が苦手とし
ていた低音から高音へのリップスラーのコツや、安定した高音の出し方を教えていただきました。
自分の演奏をより良くする方法を丁寧に指導してもらいました。30分のレッスンでしたが、大変
ためになる時間でした。

星槎国際立川 2年 堀切さん (アルトサクソ)

今回、初めてオンラインでの個人レッスンを受けてみて、普段
の練習とは違い、今まで分からなかったことなどを細かく丁寧に
教えてもらうことができたので、良かったと思いました。



星槎国際立川 2年堀切さん

♪ 吹奏楽ワンポイントアドバイス「腹式呼吸」編 ♪

ラジオ体操の最後に両腕を大きく回して胸を開いて息を吸うのが胸式呼吸、仰向けになり自然に息を吸ったときに
お腹が膨らむのが腹式呼吸です。息を吸うと肺が膨らみますが、肺は直接膨らませたり縮めたりすることはできません。
胸郭と呼ばれる肋骨に覆われた部分が拡張したり、横隔膜が下がったりすることにより肺が膨らみます。
胸郭の膨らみが大きい場合を胸式呼吸、横隔膜の下がり大きい場合を腹式呼吸と呼び分けていますが、
基本的にはどちらも動いており、どちらを優位に使っているかという違いです。



楽器を吹くとき……良い音を出すには、身体全体に余計な力を入れず、リラックスした状態で演奏することが欠かせ
ません。それには「腹式呼吸」を使って演奏する必要があります。簡単に言うと、楽器を構え、息を吸うときに肩を上げ
ず、鼻から息を吸い、そのときお腹を膨らませ、息を楽器に吹き込みます。腹筋で膨れたお腹をしっかり支え、顔、
腕、肩、舌、喉、胸などに余計な力を入れないことが大切です。しかし、不思議なことに、音を出そうと意識すると、
無意識のうちにいろいろなところに力が入ってしまうのです。無意識のうちに力が入るのを意識して力を抜くことが、
求められるのです。

実は、腹式呼吸自体は簡単なのですが、楽器を吹くときに使うのがとっても難しいのです。コツは、矛盾しているよ
うですが音を出そうとしないことです。出そうとしなくても自然に音が出るようになればもう大丈夫です。

さあ、みなさん、楽しんでチャレンジしてみてください。

(湯原一郎)



♪お問合せ♪ 星槎学園北斗校 担当：鈴木

電話：045-530-1313

メール：a_suzuki@seisa.ed.jp