

---

《研究ノート》

## 高校生の発声指導の多様性についての考察

岡 本 泰 寛

---

### 抄録

高校生の発声指導において、現在の教育現場での選択肢は多いとは言えない。その解決法の一つとして日本の発声を中心に様々な発声法を研究することによって選択肢の幅を広げることを考える。そしてそれをどのように教育現場に生かしていくかを考察した。

### キーワード

高校生の発声 声道の発育 ベルカント 日本の発声法 高等学校学習指導要領

### はじめに

18世紀にイタリアで完成されたベルカント唱法は発声法の歴史におけるひとつの頂点とみなされている。発声学の聖典と呼ばれる『うたうこと』<sup>1</sup>の著者フレデリック・フースラーは「美しく滑らかに結ばれた歌い方」と記し、また「たまたま著しく高められた美学的要求だけによって生じたのではなく、この理想的な歌声の概念は、同時に歌うためには発声器官でまもられなければならない生理的法則と、きわめて正確に合致したのである。」と記している。このように歌唱において喉への負担を軽減することは必須ではある。しかし、これは日本人全てに当てはまるとは限らない。服部（2003年）<sup>2</sup>は、「身体の構造と機能に関して、西洋民族と東洋民族との間には、民族的「骨格」の違い、からだつきの違いや、そこから生じる、もって生まれた呼吸器機能の強さの違い、またおそらく言語習慣の違いに多くの原因を持つと思われる発声器官における諸器官機能発達度の違い等々、様々な基本的相違が横たわっている」としている。よって、世界の多様な発声法をイメージさせ、ベルカントと並行して日本人としての発声法を指導していかななくてはならないと考える。

## 1. 研究の目的

音楽の歴史についての学習、多文化理解などの観点から多様な発声法の学習は重視されてきたが、現代日本の教育現場での発声指導の動向を見ると、「ベルカント唱法」に偏っている。これは喉の健康や合唱指導での響きの統一などの観点からは仕方のないことである。本稿では、高等学校の音楽における発声指導を様々な発声法、ホーミーやタリハーンなどのイメージ作りを発端とし、一つの方法にこだわらず、日本人独特な発声法を並行して学習していくことが、より個人にとっては成長を促進し発声能力を高めていくということを本研究の目的とする。

## 2. 研究の対象と方法

研究の対象としては、現在の教育現場で指導しているベルカントという発声法を対象とする。しかし発声法には日本独特なものや有名ではないがその国々において特徴的なものもある。これを比較検討する。

## 3. 学校教育現場での問題点

まだ身体の発育が完成されていない高校生は当然、声の発育も完成されていないと考えられる。そのような学生を指導するにあたっての単独の発声法だけでは、喉の健康、テクニクの習得に不具合が生じているように感じる。まずは体の成長と喉の発達、声の変化について考える。

## 4. 声道の変化と声

音声は年齢、性別、体格、さまざまな要因によって変容する。小学校入学前の女の子、バスケット部の背の高い男子高校生、30年ぶりに同窓会で会った女性、来年退職を控えた年輩男性、それぞれが同じ文章を発しても、それぞれの音は異なる。声というのは「声道」という楽器を使って生まれる楽器音である。当然、声道の長さ、形状は人によって異なるため、声は話者によって異なる。声道というのは、松田（1968年）<sup>3</sup>によれば「声の通る道である咽頭、喉頭、口腔がそれであり、この3つの空間をつなぐとちょうどラッパのような形になる。」とある。これは身体の成長にともなって変化する。まだ身体の発達が完全でない高校生では、声道が大きく変化する可能性が高いと言わざるを得ないのである。よって一つの発声法だけでは、身体が成長した後、発声することが困難になる可能性もあるという事が言える。

## 5. 発声とその種類

### (1) ベルカント唱法について

ここでは一つにとらわれずいくつかの発声法を挙げてみる。その一つに「ベルカント」

と呼ばれるものがある。現代では「ベルカント (Bel Canto)」なる語は一般的にはその歴史的背景は無視され、美声、声量、技術、表現力を兼ね備えた理想的なイタリア式の声楽発声法・歌唱法(様式)といった文脈で用いられるが、オペラ研究家にとってこの用語は15世紀末から18世紀にかけてイタリアで発達し、19世紀前半のロッシーニのオペラでほぼ完成の域に到達した、高度な歌唱装飾を伴う声楽歌唱の一様式を示すことが多い。具体的な発声法としては、地声は無理のない音域までで、それ以上の音域はファルセット<sup>4</sup>(裏声)によって破綻の無いように発生する。そのためテクニックなどを表現することには適しているが、声質によって感情などを表現するには物足りない発声法とも言える。しかし、現在の教育現場では、この発声法を指導している。これは発声する際、喉への負担が軽い。そして合唱などのアンサンブルを行うとき倍音が発生しやすく心地よくハーモニーを奏でられるという利点があるからと推察できる。

## (2) ベルカントの衰退

しかしこのベルカントも19世紀の半ばから後半にかけて、衰退していった。その背景には、オペラをはじめとした声楽作品が、リヒャルト・ワーグナーやジュゼッペ・ヴェルディなどの作品に典型的に見られるように、技巧的装飾よりも、より内面的な、劇的で力強い表現を中心としたスタイルに変化していったことが原因と考えられる。聴衆の好みもまた時代の変化に伴って作品と同様の変化を見せたことが挙げられる。また、声楽を伴奏する管弦楽の編成も、演奏される会場の大きさも次第に拡大されて行き、歌手にはますます巨大な声量と、管弦楽と渡り合うような劇的で強靱な声が求められるようになった。これに対応するために、従来の実声とファルセットの融合によって生み出される軽やかな声ではなく、力強い表現の可能な実声を中心とした発声への転換が促進された。現在のプロのクラシック歌手は、ほとんどこの発声法を用いている。この発声法の難点は、喉にある程度の負担がかかるという事である。「強靱な声」というのは一歩間違えると声帯に強い圧力がかかってしまい、結節やポリープの原因にもなってしまう。なぜこのような負担がかかる発声をして演奏するかというと、日本のホールは「音楽ホール」というものより「多目的ホール」と言われるものが多く、残響があまりないので倍音を響かせても吸収されてしまってあまり聴こえない。よって「強い声」が必要になってくる。しかしこのような「強い声」の発声を高校生に教えるという事は、声を潰してしまうリスクを伴うため、身体の発育、ブレスコントロールなどに細心の注意を払うことが必須になる。

## (3) 世界のいろいろな発声法

### モンゴルのホーミー

先にあげたヨーロッパの発声法とは異なる、ほかの発声法の例をここでは二つ挙げる。そのうちの一つが、モンゴルで使われている「ホーミー」である。典型的なモンゴルのホーミーの発声は、まず喉を緊張させた音を安定に大きく発声するところから始まる。唇は左右対称に「ア」を発音するときのように開き、舌は上に巻きあげて舌端の裏側を硬口蓋の奥の方につけ、喉を詰めた声をここで共鳴させる。すると非常に強い第2フォルマント(「倍音」として説明されることが多いが実際には一連の倍音列からなる山)が発生し、その音が口笛のような高い音として認識されるのである。そしてあたかも一人の歌手が和音

を出しているかのように聞こえる。村岡、糸賀、武田（2000年）<sup>5</sup>は「一人の歌手が同時に高音と低音の2声を発して旋律を歌うモンゴルの歌唱ホーミーの特徴を種々のホーミー音を対象としたスペクトル<sup>6</sup>的特徴を持っているか検討した。まず、共振位置の違いにより分類された5種類のホーミーを対象に解析を行った結果、高音部に対応するスペクトルの急峻なピークが共通の特徴として見られた。次に、ホーミー歌唱法で日本語の[i], [u], [e], [o]の音を発生したデータを解析した結果、第1、第2フォルマントがそのホーミーの音韻性を決定していることがわかった。更に、連続的に高音部の音高を変化させたデータについてスペクトルの特徴を調べた結果、スペクトルの調波構造に起因して、高音部の音高を滑らかに変化させることが困難であることもわかった。」としている。

#### (4) イランのタハリール

タハリールは、ひばりやボルボルとよばれるヒヨドリ科の鳥の鳴き声にたとえられることが多く、その美声を再現するために作られたのが起源だ、と説明される。発声法としては、声帯を震わせて、ハ、ヘ、ホの3つの発声で、それを音の中で組み合わせる。音の組み合わせやアレンジは、歌い手によると言われている。タハリールの発声起源であるイランでも、各地方でそれぞれ少しずつ異なっていて、イラン西部のコルデスターンでは、ヨーデルのような地声と裏声の切り替えがよく使われ、イラン北東部のトルキヤマーン族ではそれをさらに強くしたというべきタハリールを多用するといわれている。以上の発声法は実際に発声を教えるという事ではなく、このような発声法が世界にはあると学生にイメージさせる事が重要と考える。

## 6. 日本の発声法

### (1) 環境と文化と倍音の関係

ここでは、世界の発声法と日本の発声法を比較してみる。日本語は、イタリア語と同じように母音に特徴があるが、母音の数は限られており、子音の数も少ない。純粋に「音」だけでみると、イタリア語のような豊かな表現力とはほど遠いように感じる。イタリア・オペラの明瞭さと、能の謡や歌舞伎の発声、声明等の低く「こもる」発声とを同等には考えられない。これは、単に言語の違いや共通点ということよりも、環境や社会が深く影響している。日本の場合、国土の七割が山、四方を海に囲まれた国であり、多くの湿気を含んでいる。この湿気と山々に庶音されてしまう地理的条件が「日本の音」に影響を与えていることは言うまでもない。

北川（2015年）<sup>7</sup>は、「西洋音楽を発展させたキリスト教をベースにしたヨーロッパ文化と、日本の仏教をベースにした文化の違いは音楽に大きく関係する。グレゴリオ聖歌のような多声音楽は、声部間のハーモニーの響きが重要視される。日本の伝統音楽では、能の謡であっても歌舞伎であっても、歌は全員同フレーズを同時に歌う「ユニゾン」という形式が基本である。ユニゾンの最も難しいところは、「意志をそろえる」ことであり、「聞」や「呼吸」、「意志」が合わなければユニゾンで歌うことは不可能になる。このように、日本音楽では、「協調性」が典型的なスタイルであり、「調和」することを重視している。」倍音は、いつも同じように鳴っているわけではなく、その音が鳴っている環境や音源の状

態によって微妙に変化する。日本の風土の高温多湿という条件を考えると、倍音を響かせにくくするのに最も適した条件でもある。つまり、日本の音楽に含まれる倍音は西洋のそれよりもはるかに少ないのである。つまり、それぞれの国によって声質が異なることに倍音が大きく関連している。倍音は、音や声の「個性」を形成する一つの要因である。

## (2) 日本の伝統音楽と発声法

日本の伝統音楽の歌唱指導においては、言語と音楽が深く関わっている。例えば、長唄や能の謡、義太夫節などの音声は、日本語の響きやアクセント等の特徴と大きな関連性を持ち、その音声・音韻の固有で独自の美的音感覚として成立している。また、和楽器の音に関しては、限りなく言語音声の響きに近いことから、日本の音楽が強い言語性の音楽であると認めることができる。中学校学習指導要領では、「曲種に応じた発声により、言葉の表現に気を付けて歌う」(第1学年)、「曲種に応じた発声により、美しい言葉の表現を工夫して歌う」(第2、3学年)、高等学校学習指導要領<sup>8</sup>では、「曲種に応じた発声の工夫」(音楽I)、「声域の拡張と曲種に応じた豊かな発声」(音楽II)、「表現内容に応じた個性豊かな発声の工夫」(音楽III)を求めている。これらの発声法の工夫は、西洋的発声法のみを指しているのではなく、当然日本の伝統音楽や、世界の諸民族の音楽も含まれる。

また、決して全ての発声技術を身に付けさせることが目的ではなく、世界には様々な発声法があることを認識し、そこから日本の伝統音楽における言葉の表現や音楽的特徴を掴むことを求めている。

## 7. 今後の指導法と考察

現在の教育現場ではヨーロッパの発声法である「ベルカント」が主流ではあるが、私が過去に指導した約100人の高校生を思い返すと、決してその方法が適していたと断言はできない。成長度が遅いため声がまだ完成していなかったり、地声が強いため上手く響かせる事ができない生徒もいた。このような事を踏まえ先に述べたように、発声法はヨーロッパありきではなく、世界には多種の発声法が存在することを認識し、日本人であるがゆえに優先的に日本の伝統文化も視野に入れなくてはならない。学習指導要領で日本の伝統文化の尊重が叫ばれるようになって久しいが、日本語による歌唱については、日本独特の情感や作詞、作曲の歴史的意味が語られことはあっても、歌唱の教授行為について論じられることは少なかった。

これからは、まずヨーロッパのベルカントと同じように日本語の発音を考慮した歌唱教材や日本語の歌唱法を体系づけていき、最終的には日本語の発音と歌唱における発声とが統合された教授法を確立させなくてはならない。そしてベルカントと同じスタートラインについた状態で、今この時期に、この学生(中学生・高校生)に適しているものは何か、必要な物は何かを考え、よりたくさんの選択肢を与えなくてはならないと考える。

## 8. おわりに

研究から、高校生の発声指導においてその前の段階、中学生の発声指導にも密接な関係

性があると考えられる。しかし、佐々木、玉野、竹内、伊東（2015）は『中学校音楽科では、発声に重点をおいた授業を行うことは難しい。その理由として、授業で取り上げなければならない内容を少ない授業時数で充足するために、発声に割ける時間が短くなることや、指導する教師の声楽に関する知識不足がある』としている。高校の指導内容だけでなく、中学の指導、況してやそれを指導する指導者にも問題があると考えられる。そして佐々木、玉野、竹内、伊東（2015）は「音楽教師として発声指導を行う場面で、生徒の発声を改善することも必要であるが、発声は手段であり目的ではないことを念頭におき、歌唱表現や合唱表現に必要な声づくりとして、指導内容を考えることが重要である。呼吸と声帯振動、共鳴という3つの働きをバラバラに考えるのではなく、一連の働きとして捉え、自然にバランスよく働くように指導内容を工夫することが重要である。そして歌唱時には、発声のことを意識せずとも自然に表現に活かせるよう、十分に練習し強化しておかなければならない。「声は訓練することで変わる」ということを教えることが発声指導の第一歩であり、発声に必要な器官の働きを強化する指導を行うことで声に変化し歌唱への意欲が湧くことに繋がると考える。」とも記している。確かに発声を訓練することによって声は変わるが、それがその生徒に適しているかどうか重要な事柄になる。よって今後は中学、高校を指導する指導者に対して、生徒に対して適切な判断ができるような指導法の研究をすすめていく。

(引用・参考文献)

- 1 フースラー『うたうこと 発声器官の肉体的特質—歌声のひみつを解くかぎ』音楽之友社、1987年
- 2 服部洋一『独唱・重唱・合唱の基礎としてのベル・カント唱法指導原理1-1 基本的概念から身体の柔軟性と姿勢まで』琉球大学教育学部紀要、2003年
- 3 松田芳子『発声指導に関する一考察（その2）』福島大学教育学部論集、1968年
- 4 ファルセットとは頭声を用いる通常の声区よりもいっそう高い声を得る方法で、声域の拡大や音色的な効果のために用いられる。『音楽大辞典 第4巻』平凡社、1982年
- 5 村岡輝雄・武田昌一・糸賀昌士『モンゴルの歌唱法「ホーミー」の音響的特徴の解析』日本音響学誌、2000年
- 6 スペクトルとは、横軸に波長をとり、縦軸に強度をとって図示されることが多い。  
光や音、物質などは、それぞれの組成により、特有の波長を持つことから、スペクトルを使って、色や音色、成分などを特定することができる。半導体や化学分野においては、物質にレーザー光を照射し、跳ね返ってきた反射光のスペクトルをもとに物質の成分を特定する成分分析手法が広く利用されている。(IT用語辞典バイナリ)
- 7 北川智子『音楽教育における「声」の研究—いわゆる「いい声」とは—』兵庫教育大学大学院学位論文、2015年
- 8 文部科学省『高等学校指導要領解説』教育芸術社、1999年