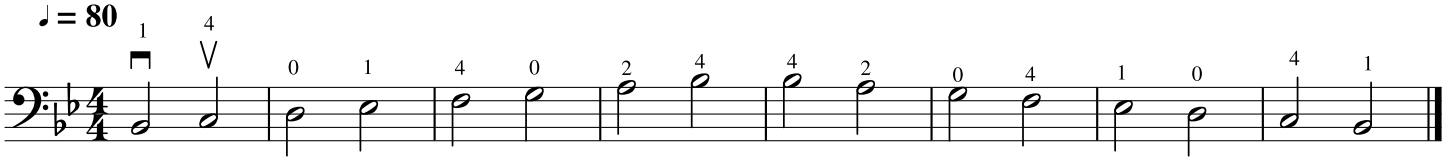
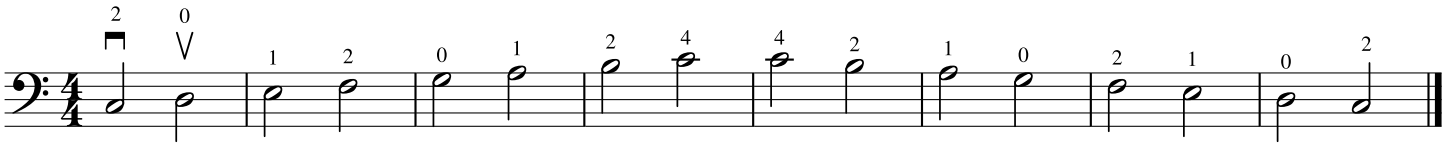
音程の取り方とポジション移動のコツ

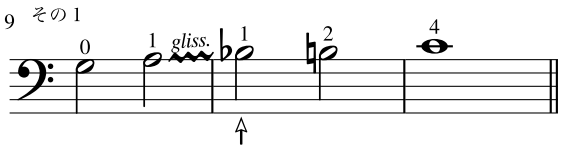
スケールや今取り組んでいる曲を弾いている時、ポジションを移動させて音程を取ることがあります。
この、ポジション移動が上手くいかないと音程を取ることができま せん。
ここではそのポジション移動のコツをスケールを使って伝えるとともに少し練習してみます。
まずはこちら、B-durのスケールです。ちょっと弾いてみましょう！



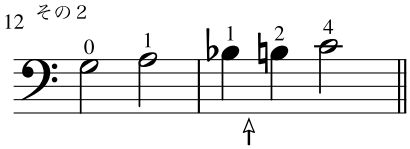
良い音程で弾けましたか？B-durのスケールはポジション移動をすることがなく、
同じポジションの中で演奏ができます。F-durや、フィンガリングによってはG-durもそうです。
では、こちらはどうでしょう。今度はC-durのスケール。



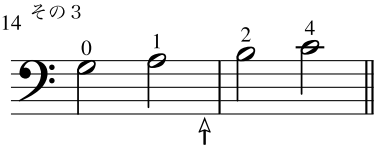
良い音程で弾けましたか？４小節目のH→Cに移動する時にポジションが移動します。
この時に「なんとなく」の感覚でCに移動してしまうと中々音程が定まりません。
G線のAを１でとって、ちょっと離れたCの音めがけて４の指をえいっ！！！といかずに…
まずは、左手の形をキープしたまま半音移動させてみましょう。（Bの音を１でとります）



Aを１の指で押さえて、そのまま半音上のBの音の場所に１の指を
「ゆっくり、滑らせるように」移動させる。
そして、Hを２の指Cを４の指で押さえる。



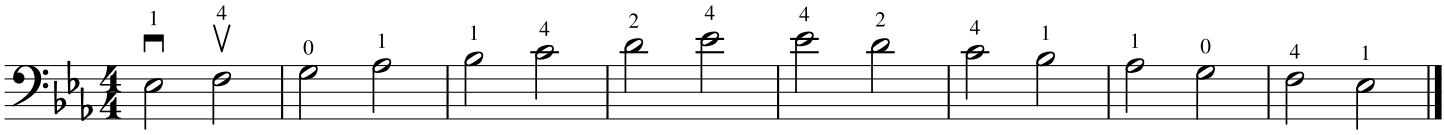
今度は、テンポの中で「ソーラー（シ♭）シード」と移動させてみる。
この「ラー（シ♭）シード」とポジション移動する間の音を頭でイメージして。



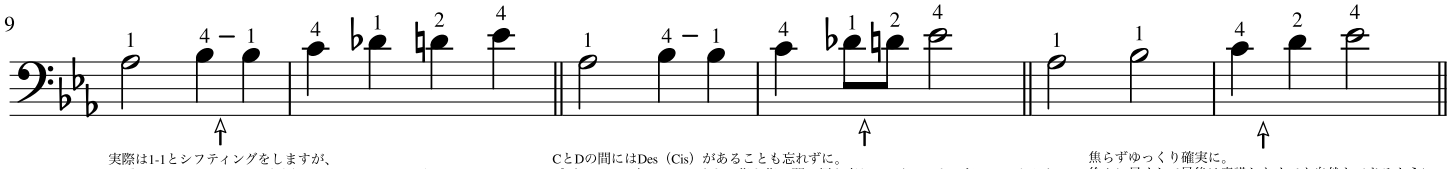
ポジション移動をする間に「音がいくつあるか」が
わかったら、楽譜どおりに弾いてみる。

いかがでしたか？Aの音からHの音に飛ぶ間にはBの音がありました。
このBの音が頭の中でイメージできるかどうかが音程を取る大切なポイントとなります。
”次にとりたい音を頭の中でイメージをする”だけではく、”次にとりたい音に行く間に「音がいくつあるか」”を考えてとってみてください。

それでは、もう少し跳躍するEs-durを、同じような考え方で練習してみましょう！



例えばこんな感じで練習してみよう



実際は1-1とシフティングをしますが、
まずはBを4でとって、その位置に1をもってきてみよう。

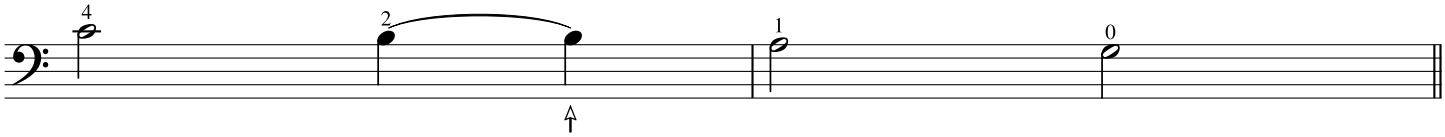
CとDの間にはDes（Cis）があることも忘れずに。
ポジションが上がっていくと、指と指の間の幅も変わってくることに気がついたかな？

焦らずゆっくり確実に。
徐々に早くして最後は意識しなくても自然とできるように。がんばれ！

井口信之輔『吹奏楽部でコントラバスを弾くために知っておきたい、いくつかのこと』より

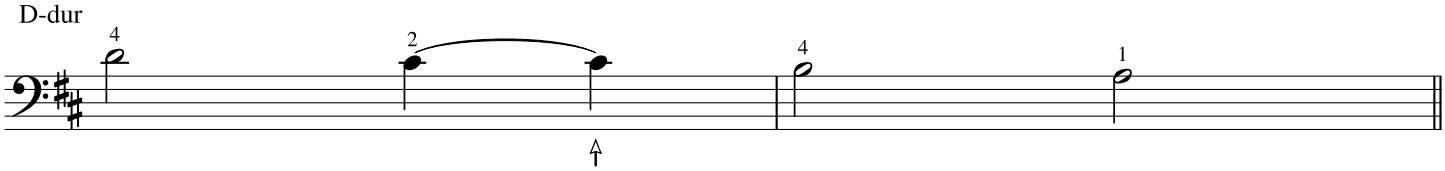
それからもう一つ。
音階練習をしていてよく見かけるのが"下降系の音程が取れない"ということです。
ポジションが下がってきた時に音程が定まらない。
そんな時には《肘を先行させること》
肘が先に動いて後から手がついてくるイメージを持ってみましょ う。

C-dur



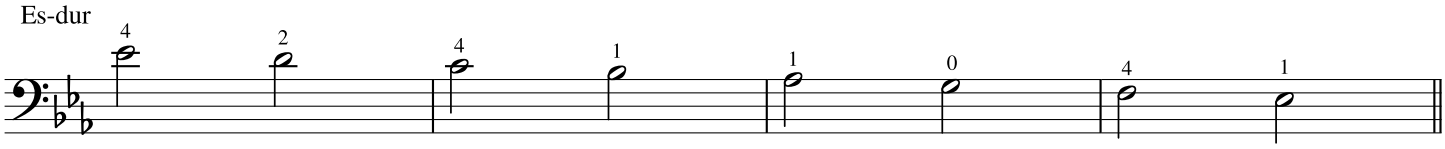
ドー（シーイー）ラーソという感じにHの音を分割して考えて、この楽譜では４拍目で肘を先行させてポジション移動をしてみょう。

D-dur



C-durと同じように、レー（ド#ーオー）シーラとCisの音を分割してみよう。
そして、CisとHの間にはCがいることを忘れずに。

Es-dur



Es-durの下降系を練習してみよう。
どこで何を気をつけたら良いかな？　途中で止まっても良いので、一つ一つ考えながら練習しよう！

時間がある時、ちょっと音階で悩んだ時に取り組んでみてください。
ここで学んだ音程の取り方やポジション移動のコツを普段取り組んでいる"基礎合奏"で活用してみよう！

※個人練習でできていることが、”基礎合奏”や”合奏”の中に入った途端にできなくなってしまう光景を見かけます。
特に、基礎合奏の楽譜はボウイングもフィンガリングも書かれていないことが多いので、積極的に自分で
楽譜に必要な情報を書き込むようにしましょう。

・いつ終わるかわからない、永遠と続くBのロングトーンで指の形を作れているか。
・弓先が下がってしまったりしていないか。
・分散和音は左手の形を崩さずにとれているか。

はじめは少しめんどくさいと感じるかもしれませんが、"習慣化"することで確実に上達します。
良いものを、しっかりと継続させていきましょう。

”全ては日々の積み重ねから”です。
（これは、とある吹奏楽部の中学生の言葉をお借りしました）