

## 保育者の資質向上のためのソルフェージュについての一考察

高橋民恵<sup>1)</sup> 平松なをみ<sup>2)</sup> 平松浩一郎<sup>3)</sup> 高 向山<sup>2)</sup>

1) KYOUNALO MUSIC STUDIO 2) こども健康学科 3) 藝樹音楽の森

## A Study on the Use of Solfege to Improve the Quality of Nursery Teachers

Tamie TAKAHASHI, Nawomi HIRAMATSU, Kouichirou HIRAMATSU  
and Xiangshan GAO

### 要 旨

「多くの保育士・幼稚園教諭養成施設において、入学者の多くがピアノの未経験者であり、音楽の基礎知識が乏しい」(岡崎他、2021)ということが指摘されている。本学でもピアノの未経験者が一定数おり、音楽の基礎知識が乏しく、音楽経験も不足していることがわかっている。さらに、事前アンケートより、ピアノを弾きながら、歌唱指導をすることへの不安が想像以上に高いことが明らかとなった。その彼らに、保育者としての音楽の技術力、指導力向上に役立つ有効な方法を探求する目的で、実践授業を通して読譜力の変化についての調査を行った。実践授業では、リトミック、コダーイメソードの教育法を用いて、音価、拍子、音の高低などの音楽的要素を把握するために、動きを伴った音楽表現を体験させた。その結果、前述の音楽的要素一つひとつが、いかに重要なものであるかということに理解が及び、読譜する際の着目点に変化が生じた。その方法の一つとして、単純な旋律でありながら美しいハーモニーが感じられる“輪唱”を教材に用いることで、アカペラでの指導を可能とした。このことは同時に、“ピアノ伴奏がなければ歌唱指導ができない”という呪縛に囚われていた学生達を解放する結果となった。さらに、日本の歴史や文化を内包している“わらべうた”についても、学生達が実際に歌唱し分析していく過程で、“わらべうたが子どもたちにとって歌いやすい音程や音域を持っている”という事実気づいた。今回の実践授業では、100年以上前に確立された音楽教育法であるリトミック、コダーイメソードを保育者養成校において、活用することの有益性が再確認できた。

キーワード：リトミック コダーイメソード わらべうた

### Abstract

According to Okazaki in 2021, many of the freshmen in the nursery and kindergarten teacher course were not only inexperienced in playing the piano but also lacking in basic knowledge of music. The same conclusion was drawn by the 4 above-mentioned instructors concerning the department they teach in.

According to the survey conducted by the instructors, it was found that the Rhythmic Method and the Kodaly Method combined, were effective in developing musical skills and concepts. In addition, through experiencing the harmony of Round Singing, the freshmen were set free from the fear of teaching children singing, without having to play the piano.

Furthermore, students have noticed that nursery rhymes (warabeuta), which rely on Japanese history and culture, have an interval and a range that are easier for children to sing. Therefore, it can be concluded that the Rhythmic Method and Kodaly method, which are music education methods established more than 100 years ago, are effective in developing music skills necessary for students to be trained in becoming nursery teachers.

**Keywords** : Rhythmic Method, Kodaly method, nursery rhymes (warabeuta)

## 1. 背景と目的

昨今、「多くの保育士・幼稚園教諭養成施設において、入学者の多くがピアノの未経験者であり、音楽の基礎知識が乏しい」（岡崎他、2021）という実態があるが、本学においても例外ではなく、多くの学生がピアノの未経験者である。未経験者という現実が、彼らの音楽に対する苦手意識や、保育現場で音楽活動することへの不安を生み出す原因となっている。

実際、本学入学後、2年間のピアノの授業を受講した学生に、乳幼児に歌唱指導をすることにどのような不安を感じているか調査したところ、次のような結果となった。内訳は「楽譜を見ながらすぐに弾くことができないし、注目されている中で弾くと緊張して弾けなくなってしまう」など、ピアノ演奏や歌唱に関する己の技術力に不安を感じている回答が71%、残りの29%は「リズム、音程、拍子などを乳幼児にどのように伝えたら良いかわからない」など、乳幼児への指導方法に不安を感じている回答であった。これは音楽の基礎知識が乏しく、音楽経験が不足しているため、指導力を語る以前に技術力を向上させることが先であるという切迫した感情の表れであろう。技術力を向上させるために学生に多くの時間を費やしたいところではあるが、保育者養成校での時間は限られている。その限られた時間の中で、技術力のみならず乳幼児への指導力をいかに向上させるかがとても重要な鍵である。先行研究において、リトミック教育を取り入れた実践授業を行い、教育方法を探求した。この実践授業を通して「学生は簡単なものでも良いから保育現場で子ども達と楽しみながら音楽表現活動を行いたいという意識が芽生え、リトミック教育の奥深さを実感することができた」という結果を得た。また、時代の流れ、環境の変化等により子ども達からわらうた離れが起こっている昨今、保育の音楽活動にわらうたを取り入れる意義を見いだした。

本研究では、先行研究同様、乳幼児にも必要とされなおかつ、学生にも音楽表現の経験となるダルクローズのリトミックを基本に、保育の音楽活動に有意義なわらうたの指導法をコダーイメソッドのソルフェージュに求めた実践授業を行い、技術力、指導力向上の教育方法を探求していく。具体的には、毎授業終了後の振り返りシートから学生が持つ音楽活動への興味と困難を明らかにし、実践授業を通して読譜力にどのような変化があったか事前、事後のアンケートにより調査する。そして、保育者としての資質向上へのプロセスを分析、考察していく。

## 2. 研究方法

### 2.1. 対象

常葉大学浜松キャンパス研究倫理委員会の審査を経て、保育系学生34名（内：男性8名 女性26名）を対象とした。

### 2.2. 調査期間

令和3年4月～8月にかけて実施した。

### 2.3. 調査方法

授業初回時に現状の読譜力を把握するために新曲視唱、及び事前アンケート調査を実施した。その後リトミック、コダーイメソッドを取り入れた授業を展開し、毎授業後に授業内容に関する自由記述形式の「振り返りシート」を実施した。そして、全ての実践授業終了後に再び新曲視唱、及び事後アンケート調査を実施した。これらを通して、受講前、受講後の読譜に対する着目点の変化を調査し、学生の読譜力、さらには「保育者としての資質向上」に向かう意識の変化について分析、考察をした。

### 2.4. 調査内容

音楽系前期授業初回時に、研究対象者の学生に馬淵明彦、作詞・作曲の『かたたたき』（資料1）を用いて新曲視唱を実施した。

#### 資料1

**16. かたたたき**  
*Massage des épaules* (2003.3)  
作詞・作曲 馬淵明彦

Moderato

トン トン トン トン | 1. パ パ の | お か た トン トン | 2. マッ サージ きもちよく

新曲視唱で1分間の予見中に着目した点、歌唱中に着目した点を調査し、学生の読譜力の現状を把握した。そのために、(資料2)に示した歌唱指導、新曲視唱についてのアンケートを実施し、着目した点に○をつけさせ、さらに予見中の着目点については、着目した優先順位も記載するように促した。

資料 2

**歌唱指導アンケート**

次のアンケートに答えてください。

1. 子どもの歌を歌うことは好きですか。  
 ①大好き    ②まあまあ好き    ③ あまり好きではない    ④好きでない
2. ピアノを弾きながら乳幼児の前で歌うことに自信はありますか。  
 ①とても自信がある    ②まあまあ自信がある    ③あまり自信がない    ④全く自信がない
3. 乳幼児の様子を見ながら弾き歌いはできますか。  
 ①できる    ②まあまあできる    ③あまりできない    ④できない
4. 先ほど新曲視唱したときのことについて伺います。
  - a. 楽譜を見てすぐに歌えましたか。  
 ①歌えた    ②大体歌えた    ③少し歌えた    ④全く歌えなかった
  - b. 楽譜を見て初めにに着目した項目に○をつけてください。複数ある場合は着目した順番を書いてください。  
 音符の長さ    音名    音部記号    拍子    リズム    調号  
 音程    歌詞    その他 (    )
  - c. 歌いながら気をつけていた項目に○をつけてください。  
 音符の長さ    音名    音部記号    拍子    リズム    調号  
 音程    歌詞    その他 (    )
  - d. 新曲視唱をして難しかった点はどんなことですか。

その結果を踏まえて、リトミック教育法の身体表現に焦点を当て、拍、音価、拍子に関する授業を展開した。また、コダーイメソードのソルフェージュの側面から、わらべうたを用いて授業を展開した。毎受講後に「振り返りシート」に「難しいと思ったこと」、「興味を持ったこと」、「保育者にとって必要だと思ったこと」をそれぞれ記入させた。最終授業時に再度『かたたたき』の新曲視唱を行い、受講後に新曲視唱について受講前に使用したアンケートの1、4の項目を実施した。

3. 結果と考察

3.1 予見における着目項目の変化（受講前後の比較）

先ず始めに、今回使用した『かたたたき』の楽譜について分析する。この曲は4分の2拍子、ハ長調、a-a'、a-a"の16小節できている。四分音符、二分音符、八分音符、八分休符が使用されており、リズムは全体にシンプルなものであるが、1カ所シンコペーションが使用され変化を感じさせる。音程は長2度、短2度、長3度、短3度、完全4度で大きな跳躍はなく、音域も「1点ハ」から「2点ハ」であり幼児にとっては歌いやすい曲である。歌詞は、幼児に親しみやすい「トントン」というオノマトペが使用され、肩たたきの様子が目に浮かび、幼児でも理解しやすく動きを伴いながら楽しく歌える曲である。このオノマトペを表現するにあたって、スタッカー

トでの演奏を指示する箇所があり、その後のスラーの部分と対比するものとなっていて、変化に富んだ楽譜である。このような特徴を持ち、さらに学生にはあまり馴染みのない曲が相応しいと考え『かたたたき』を実践授業で取り扱うこととした。学生はこの曲を1分間予見し、その後新曲視唱を実施した。受講前の歌唱指導アンケートにおいて、次のことが明らかとなった。学生が新曲視唱のために手渡された楽譜を予見する際、何に最も着目したのかという質問に対して最も多かった回答が「音程」であり、21人であった（図1）。

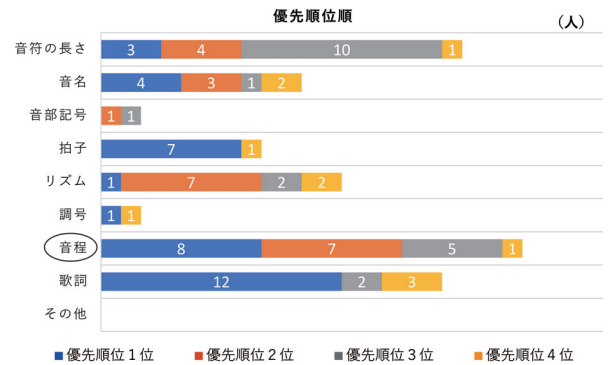


図1 楽譜を見て初めに着目した項目（受講前）

これは新曲視唱のために渡された楽譜であることを認識し、わずか1分後には歌い始めなければならないため、頭の中で音を鳴らして音程を確かめようとしているからであると推察される。次に多いのが「音符の長さ」で、音符一つずつ丁寧に確認している様子がうかがえる。その次に多いのが「歌詞」の項目であり、これは、知らない曲の雰囲気や内容を歌詞から掴もうとしたためではないかと推察される。さらに、優先順位1位を見ると、「歌詞」に着目した学生が多いことが読み取れる（図1）。五線の楽譜から得られる情報より前に、文字からの情報収集を優先しているのであろう。楽譜には、拍、音価、ニュアンスなどありとあらゆる音楽的要素が詰まっているため、演奏する際の手助けとなる。しかし、音楽的要素の一つひとつを理解できていない場合、楽譜は難しいという苦手意識を持ってしまうことがあると考えられる。最初に「歌詞」に着目した学生にも音楽は難しいという思いから、まずは「歌詞」の情報収集をしている場合も考えられる。それ以外にも、「拍子」を初めに注視している学生が多いことがわかる。これは楽譜の冒頭に音部記号があり、次に拍子記号があるため、楽譜から得られる情報を丁寧に漏らさず読んでいこうとしたためだと推察できる。

ところが、受講後に再度新曲視唱を行った際の予見に関してのアンケートで、最も多かった着目項目は「リズム」であった（図2）。

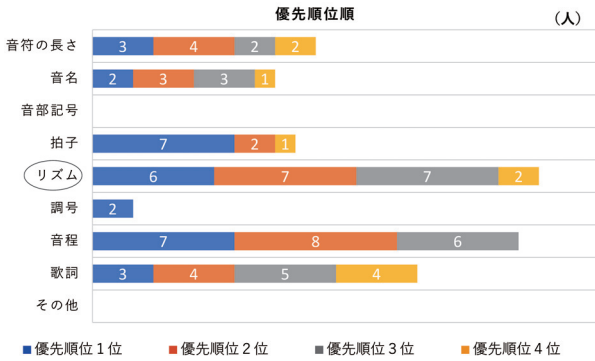


図2 楽譜を見て初めに着目した項目 (受講後)

これは受講前に「音符の長さ」に着目した学生 (図1) が、受講後には「リズム」へと変化したと考えられる (図2)。実践授業の中で音価について身体表現をすることで、一つひとつの「音符の長さ」に注目するのではなく、「リズム」というまとまりで音価を捉え、音楽の流れを意識した結果であると推察される。次に多いのが「音程」であった。これは受講前と変わらず、予見後に歌うということを認識しており、音の高低を頭の中で確認していると考えられる。その次に多いのは「歌詞」であった。これも受講前と変わらず、着目している学生が多い。しかし、ここで注目すべきは、初めに着目した項目の優先順位1位だけを見ると、受講前には「歌詞」が突出していて、かなり離されて「音程」、「拍子」と続いた (図1) が、受講後には「拍子」、「音程」、「リズム」が上位にあげられ、「歌詞」を優先順位1位とした学生はその半分ほどしかいなかった (図2) ことだ。その要因は、本研究でリトミック教育法及びコダーイメソッドを用い、音楽的要素の一つずつ取り上げ、それぞれの要素を理解させる実践授業を展開したためと考えられる。その授業展開による音楽的要素の理解が、楽譜に対する苦手意識を減少させ、読譜力の向上に繋がり、「歌詞」に頼らず楽譜に書かれている「拍子」、「音程」、「リズム」に着目する結果となったと推察される。

### 3.2 新曲視唱において注視した項目の変化

(受講前後の比較)

受講前、1分間の予見後、彼らにテンポと初めの音のみ情報を与え34人全員で視唱した。

図3の「楽譜を見てすぐに歌えたか」の問いに約62%の学生が「少し歌えた」と回答している。図4から「リズム」、「音程」に注意しながら新曲視唱をしていたことがわかった。実際、視唱してみると、冒頭2小節の「1点イ」と「1点ト」の繰り返し部分は正しいリズム、音程で歌えた学生が多かった。しかし3小節目では下降の短2度が正確に歌えず、音程より下降しすぎてしまう学生が多かった。また、シンコペーションのリズムが理解できない学生も多かったため、全員での視唱にばらつき

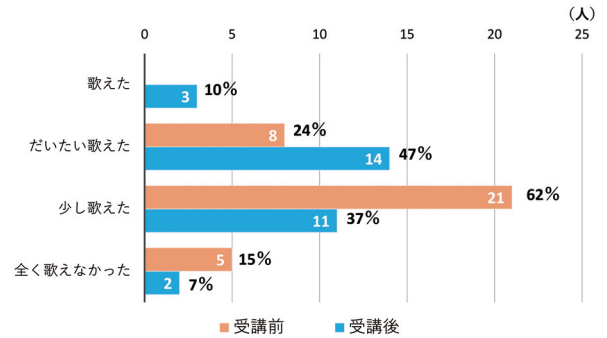


図3 楽譜を見てすぐに歌えましたが

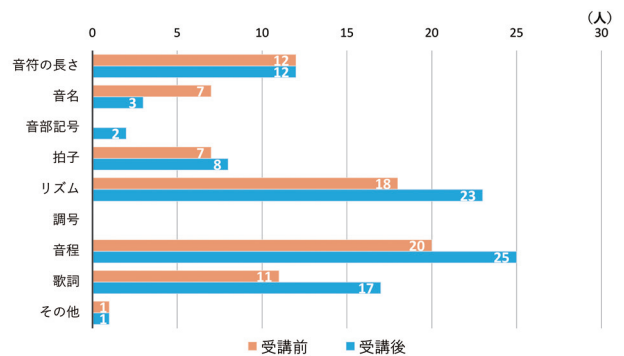


図4 歌いながら気をつけていた項目

が生じてしまった。そのため、自身の視唱が正確であるか自信が持てず、歌うのをやめてしまったり、声が小さくなってしまったりする学生の姿が見られた。中には6小節目の完全4度音程が狭くなり、正しい音程よりも低い音になっていった学生もいたが、友人の歌声に耳を傾け、その歌声に合わせて懸命に歌っていた。全体的に正しい音程よりも低くなってしまったが何とか歌い続けることができた。

視唱後のアンケートで新曲視唱について難しかった点を尋ねたところ、「1分間の予見では時間が足りず、音程を理解することが精一杯で、リズムを見ることができなかった」、「音名を読むことはできたが、その高さの音が出せなかった」、「楽譜を見ただけでは音程やリズムはわからなかった」などの回答があった。「小学校教員養成課程学生と幼児教育科学生を対象とした調査で楽譜を見ても音程・音高やリズムが把握できないことが視唱が難しいことの第1の原因であると学生は認識している」(吉田、2010) ことが明らかになっているが、本学生も同様の認識であった。さらに、「最近ではさまざまな音源を通して、音楽を聴いて覚えることも可能になってきている」(吉田、2010) ため、聴覚の情報に頼って音楽を理解している学生も多いと考えられた。新曲視唱のように、聴覚からの情報が全くなく、楽譜という慣れ親しんでいない視覚からのみの情報だけでは、難しいと感じることが明らかとなった。

最終授業の受講後に再度、同じ曲を用いて新曲視唱を

実施した。視唱に対して急激な変化は見られなかったが、拍を刻みながら歌ったり、ハンドサインをしながら歌ったりするなど読譜力に繋がる変化が見られた。それは、図3の受講後のアンケートの「少し歌えた」から「だいたい歌えた」への変化にも表れている。さらに、図4から気をつけていた点について、受講前は一人あたりの平均が2.2項目であるのに対し、受講後は3項目に増加したことがわかる。このことから、楽譜の見方に変化が起きたのは明らかであった。

### 3.3 リトミックの真髄、身体表現と集団活動

「リトミック教育法の3本柱の一つである「リズム」は、音楽の根幹を成すものである。そもそもリズムの音価を読み取るだけであれば、楽譜に記された音符を見れば十分可能である。しかし、リトミック教育法では、楽譜を読み取る前に、まず実際の演奏を聴き、リズムを体感し、それを身体で表現することにより1音1音に存在する譜面では表しきれない音のニュアンスを確認する。」(高橋他、2021)ことを先行研究で述べた。本研究でもリトミックで取り上げられる「リズム」について、保育現場で即実践できる内容を盛り込んだ実践授業を実施した。まず、筆者が弾く即興演奏のリズムに合わせてステップをし、四分音符、二分音符、八分音符の音価の違いを体得した。さらに、それらの音価を身体全体を使って実際に動くことで、音の長さを空間的に捉え、その上で音のイメージを身体で表現する活動を行った。具体的には先ず個人で動きを考え、次に3人グループを作ってそれぞれが考えた動きを持ち寄り高め合い、最終的には一つの動きにまとめ上げて全員の前で発表をするという機会を設けた。発表時には相手に伝わりやすいようにダイナミックな表現を心がけること、表情にも気を配ることを注意点にあげ実施した。グループでの活動時を個人での活動時と比較すると、グループでの活動時では、個人での活動時より空間を大きく使い、楽しげに表現している学生が多かった。これは、友人と一緒に表現できる安心感や楽しさの表れであると推察できる。

受講後の「振り返りシート」では「人前で、伝わるように表現することを学び、また、友人が考え出した動きを見て新たな動きを発見する機会となった」、「(乳幼児は)音符の意味は分からなくても身体の動きで音価を理解することができるから、簡単だけど楽しめる動きで表現することが大切」、「音に合わせて自分の好きなように身体を動かすことができて楽しかった」、「音楽は楽しんでやるものなので、子ども達の前に出る保育者が笑顔で楽しむ必要があると思った」、「音楽として歌うだけでなく、身体を使って動くという活動も組み入れることが必要であると感じた」、「活動の中で、個々で行うものばかりでなくグループ活動も重要であると感じた」などの回答があった。この一連の活動を通して、譜面上だけで捉えていた音価が身体にしみこみ、「身体表現」をするこ

とでさらに理解が深まることを感じ、保育者として、リトミック教育を取り入れた音楽活動をしたという意識が芽生えた。また、グループでコミュニケーションをとり、互いの動きを尊重しながらも協調して一つのものを作り上げていく楽しさを感じ、リトミックが人間形成にも役立つ教育法であることを、これらの体験を通して理解できたと推察できる。

### 3.4 固定観念からの脱却と輪唱の実践

受講前のアンケート結果を見ると、子どもの歌を歌うことが「大好き」、「まあまあ好き」と答えた学生が約70%であった。ところがピアノを弾きながら乳幼児の前で歌うことに「とても自信がある」、「まあまあ自信がある」と答えた学生はわずか8%であった。さらに、歌唱指導への不安についての質問に対しては、「正しいリズム、音程で歌えるかどうか不安」、「ピアノを弾くのが苦手なので、演奏がスムーズにいかず、子ども達が歌えなくなってしまうのではないかと心配」という回答があった。つまり子どもの歌を歌うことは好きではあるが、ピアノを弾くこと、人前で歌うことに自信が持てない学生がほとんどであることが明らかとなった。そして、自由記述形式での回答から読み取ることができるのは、「保育現場では、ピアノを弾きながら音楽活動を行わなくてはならないもの」という固定観念を抱いているということである。そこで、ピアノを弾かなければならないという思い込みを取り除くため、アカペラで歌唱できる「輪唱」を題材に実践授業を実施した。輪唱曲を日本の音楽教育に広めた岡本敏明は「輪唱は簡単なメロディを拍節でずらすことによって多声合唱になり、ハーモニーを味わうことができる。尚かつリズムのアンサンブルも楽しめるという絶対音楽としての醍醐味を感得できる恰好の教材である。」(朝日、2015)と述べている。この授業では『蛙の合唱』を初め、数曲の輪唱曲を取り上げ実際に演奏した。いずれもメロディそのものは決して難しくなく、すぐに歌える曲であるにもかかわらず、初めのうちは拍節をずらしただけで音を見失うなど、歌唱が困難な様子が見られた。しかし、回を重ね、自分の音に注意を払うことができるようになると、次第にハーモニーが生まれはじめた。

受講後の「振り返りシート」では、「(輪唱は)楽器を用いないため、いつでもどこでもできる」、「輪唱は大人数でも少人数でも楽しむことができる」、「輪唱をしたとき、一体感が生まれて楽しかった」、「輪唱できる曲を知りたくなった」などの回答があり、学生がピアノ演奏にこだわることなく音を楽しみ、音楽をより身近なものに感じ始め、簡単な曲でもハーモニーを味わうことができると実感したことは明らかであった。さらに、一人では為し得ない集団で作りに上げたハーモニーを聴取することで、皆で作りに上げる音楽の喜びを感じ始めていることも、彼らの表情からひしひしと伝わってきた。まさに、岡本

の言う「子どもの音楽は楽しく生き生きしたものでなくてはならない」(朝日、2015)という“あるべき姿”が垣間見られた瞬間でもあった。

### 3.5 拍子におけるアナクルーシスの重要性

リトミック教育法を考案したダルクローズは、「ソルフェージュの学習を行う前に、身体の動きや歌唱を伴って〈音楽を聴く〉ことを体験させることとした。動きながら聴く体験を通して、音の動きを身体で感じ取り、フレーズ(音のまとまり)や和声など音楽理論について学ぶのである。」(佐々木、2015)と述べている。そのため筆者は、今回の実践授業での歌唱指導において、常に身体の動きを伴った活動を取り入れるように構成した。その一つに「拍子」の体得がある。学生は、筆者の弾く即興演奏で2, 3, 4拍子を聴き分け身体表現をしたり、拍子の指揮をしたりすることで理解を深めた。その結果、受講後の「振り返りシート」では、「どの曲に対しても拍子などの音楽的な分析とその曲の背景や歌いやすさをしっかり把握するべき」、「子どものリズム感を身につけさせるために保育者が拍子などの音楽的要素を把握し、リズムにのって伴奏したり歌ったりすることが大切」、「ピアノを弾くとき拍子を意識すると歌いやすい」などの回答を得ることができた。また、「指揮をするとき相手に分かるように表現することが難しかった」と回答した学生も多かった。そこで、拍子のエネルギーが頂点に達する1拍目のクルーシスを正しく意識するためには、その前に存在する準備としてのアナクルーシスがいかに重要であるかを、既習事項である輪唱を用い、理解させた。具体的な実践方法として、数人のグループを作り、その中の一人が指揮者となり、グループの他のメンバーの歌唱を導く体験をさせた。輪唱の場合、歌い出すタイミングが何小節かごとにずれていくので、拍子を保つ指揮をする一方で、2番目以降のグループが歌い出すタイミングに的確な合図を出す必要がある。その歌い出しの合図に当たるのが、前述のアナクルーシスの部分である。これを理解した学生は、拍子の中でこのアナクルーシスを感じ、絶妙なタイミングで相手に伝わるわかりやすい合図を出そうと、より大きな動きへ変化していった。この変化は、保育の現場でも、子ども達へ絶妙なタイミングで合図を出すことに繋がり、最終的には子ども達に音楽を奏でながら声掛けができるまでに成長していくと推察される。

### 3.6 コダーイメソッド導入の理由

「日本の歴史と文化を伝承していく場として、保育の音楽活動に「わらべうた」を取り入れる事は大変意義深いことであり、必要不可欠な教育である。」(高橋他、2021)ことを先行研究で明らかにした。さらに研究を進めるため、「歌うこと」、「聴くこと」を大切に、音楽教育は母国語のわらべうたから始めることを提唱してい

るコダーイメソッドを実践授業に取り入れた。「コダーイメソッドは音楽の全ての要素の中に、技術や概念のはっきりした段階を設定しており、このことによって高度な構築と配列がなされたメソッドになっている。これらの配列は子供の発達から導き出されたものである。(略)幼児期の民謡は、主として長2度、短3度、完全4度できていて、幼くて不安定な歌手たちには理想的であると思われる。これらの旋律には、時として大人にとっても正しく歌うことが難しい短2度の音程が出てこない。」(L.チョクシー他、1994)ここで言う「幼児期の民謡」とはコダーイメソッドが構築されたハンガリーのものであると考えられる。では、日本のわらべうたはどうであろう。様々な先行研究で明らかになっているように、日本のわらべうたは民謡音階の「ミ・ソ・ラ・シ・レ」の5音できており半音を含まない。さらに分析していくと日本のわらべうたも長2度、短3度、完全4度で旋律が動いているものが多く、前述したハンガリーの民謡と日本のわらべうたに極めて類似した点が多いことがわかる。だからこそ、日本の幼児の音楽教育にコダーイメソッドを取り入れることは有益であると考えた。さらに、幼児の音楽教育の指導にあたる学生が、「音程」及び「音の高低」をどれだけ把握しているかを調査するために、3音(ソ・ラ・シ)のみできていた『なべなべそこぬけ』を実践授業で取り上げた。先ず『なべなべそこぬけ』を歌唱により習得させた。次にリズムとソ・ラ・シの音が使われていることを伝え、楽譜を作成させた。すると、音の高低が理解できないために楽譜を書けないものが半数以上もいた。「普段何も考えずに歌っていた曲の音の高低を把握することが難しかった」(授業後の「振り返りシート」より)ようである。

そこで、「手の動きで音の高さ、リズム、音楽の表情などを示して階名唱を効率よく導く方法」(日本コダーイ協会)としてコダーイメソッドで用いられている「ハンドサイン」を模して、手を上下に動かし「音の高低」を表現させた。歌いながらハンドサインで音の高低を示すことに苦労している学生もいたが、音を視覚化することで音の高低を意識し、細心の注意を払いながら歌唱する様子が見られた。ハンドサインは、自分自身が歌う音の高さを把握することができるだけでなく、相手に視覚を通して音の高低を伝えられるため、子ども達の前で指揮をする際にも有効である。これらのことから、保育者にとって子どもを指導する際の「ハンドサイン」は「利用価値のある指導技術」(L.チョクシー他、1994)であるため、積極的に習得すべきであると考えた。

### 3.7 コダーイが推奨した母国語のわらべうた

コダーイは「音楽の真髄に近づく最もよい手段は、自国語のうたを自分もっている「声」と言う楽器に託して「うたう」ことである。(略)「うたう」ことは「きく」ことを助け、ひいては集中する心や条件反射する力をつ

け、安定した情緒発達を促すなど多面的な能力を育てる一方、歌によって言葉の発達も助けられる。子どもに合った音域、理解しやすい詩をもって「うたう」こと、すなわち、わらべうたを使った口受法とペンタトニックによる指導を推進した」(柏瀬、1987)のである。

このコダイの推奨するわらべうたを理解するために、日本に伝わる『ちゃちゃつぽちゃつぽ』、『げんこつやまのたぬきさん』のアナリゼをし、動きを伴いながら歌唱した。歌唱している学生は、まるで童心に返ったように楽しみ、生き生きとしていた。

受講後の「振り返りシート」では、「わらべうたの特徴を知り、わらべうたについてもっと知りたくなった」、「今までわらべうたは何気なく歌っていたが、子どもが歌いやすい音程、リズムで構成されていることに興味を持った」、「日本に伝わるわらべうたや手遊びうたを子ども達に教え、後世に伝えていきたい」、「わらべうたを歌うことで日本の伝統や文化が無意識に身につくことは素晴らしい」、「子どもの頃から母国語の民謡やわらべうたにたくさん触れられるように、(保育者として)歌を歌う機会をたくさん作ってあげたい」などの回答を得た。わらべうたを歌唱している彼らの姿は、表面的には子どもが無邪気に楽しんでいるかのようにだった。しかし、内面的には、わらべうたの奥深さに触れ、興味を示し、これからは大人として、保育者として、数百年前から歌い継がれているわらべうたを継承していこうという姿勢へと変化していったと推察される。

### 3.8 身体表現を伴ったわらべうたの創作

本研究の実践授業で、保育の現場で扱うわらべうたをさらに探求するために、わらべうたの作曲を試みた。

#### 資料 3

おまんじゅう

お まん じゅ う こね ちゃつて

つ ぶ あ ん こ し あ ん ど っ ち か な

資料3の曲は、学生一人一人が、民謡音階を駆使して作曲をしたものに、数人のメンバーで協力しながら、日本語のイントネーションを重んじた歌詞と、子どもでもすぐに覚えられるシンプルな動きをつけ完成させた、数曲の中の1曲である。この曲は、子どもの動きによく見られるスキップのリズムが用いられ、民謡音階の中の3音を使い、長2度、短3度の音程で、音域が狭いため幼児が無理なく楽しんで歌える。歌詞は子ども達の身近

にある「おまんじゅう」がテーマで、イメージがしやすい。手をグーにしておまんじゅうを表現する動きがあり、最後の「どっちかな」でジャンケンをする遊びを取り入れたものであり、子ども達が遊びの中で何気なく口ずさめる仕上がりであった。

受講後の「振り返りシート」では「わらべうたの歌詞を作る際に日本語のイントネーションと音程を合わせる」ことが難しかったようではあるが、「ラ・ソ・ミの3音で小さい頃から聞いて遊んできたようなわらべうたを作曲できること」に興味を持ち、「子ども達みんなが楽しく歌える、なおかつ歌いやすい曲を作ったり、その曲に動きをつけたりするスキルを持ち合わせれば、さらに教えられることの幅が広がる」など、実際にわらべうたの作曲を通して音楽活動への意欲がわいてきたことは明らかであった。さらに、数百年の間、歌い継がれてきたわらべうたを継承しながらも、目の前に存在する子ども達とのふれあいの中で生まれたものを、音楽という媒体を通して表現するきっかけになったと推察される。

### 3.9 こどもの歌の本来の力

次の図5はこどもの歌についてのアンケートである。

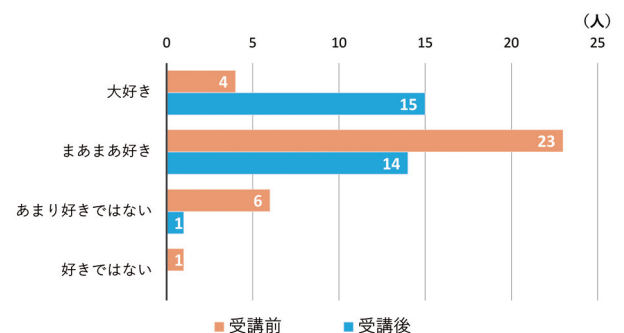


図5 子どもの歌を歌うことは好きですか

図5から受講後に「こどもの歌を歌うことが大好き」になった学生が大幅に増加していることがわかる。これは、実践授業において、動きを伴った歌唱の体験や、わらべうたの奥深さに触れ、わらべうたの魅力を発見したことが要因であると考えられる。さらに、本研究の実践授業では、個々の活動に加えてグループ活動も多く取り入れた。これは、他者の表現を観察することで自身のレベルアップに繋げる目的があった。しかしそれだけではなく、他者とコミュニケーションをとり、楽しみながら音楽に触れる経験を味わう目的もあった。

受講後の「振り返りシート」で「輪唱をしたり、グループごとに歌に動きをつけたり、オリジナルの歌詞をつけたり、友だちと一緒に考えながら一つのものを作っていくのは楽しかったし、お互いに発表することで自分では思いつくことがなかった考えを知ることができた」という学生の言葉に表れているように、友人と一緒に歌うことができた喜びが、こどもの歌を歌うことが「まあまあ

好き」から「大好き」に変化させたとも考えられる。

#### 4. まとめと今後の課題

リトミック教育法とコダーイメソッドは100年以上前に確立された音楽教育法である。それにもかかわらず、今もなお世界の多くの研究者達が、彼らの教育法を研究しており、また多くの国々でこの教育法を用いた授業が行われている。つまり、多くの教育者達が1世紀以上も前のこの教育法に魅せられ、そして賛同しているということである。かく言う筆者もこの教育法に魅せられた一人であり、中でもリトミック教育については特に力を入れ、長年研究してきたつもりである。筆者がリトミック教育法の中でも特に“身体表現を用いた音楽教育”について研究していく中で、数百年前からわが国で継承されており、手遊び等の身体表現を伴った「わらべうた」にたどり着いた。そして、さらに「わらべうた」を研究していくうちに「コダーイメソッド」にたどり着いたのである。考察でも述べたように、ハンガリーの民謡と日本のわらべうたは、使われている音階や音程の面で極めて類似点が多い。その類似点の多さに気がついた時、正直、大きな衝撃を受けた。しかし、冷静に考えてみれば、子ども達の歌いやすい音階や音程は、古今東西を問わず世界共通のものであり、日本から数千キロも離れたハンガリーの民謡と日本のわらべうたに類似点があることは決して偶然ではなく、歌いやすさを追求した必然的な産物だとも言える。だからこそ、スイスやハンガリーで生まれた音楽教育法が注目され、日本にも違和感なく受け入れられ、今日、幼児音楽教育法のスタンダードとして定着しているのであろう。

本研究の対象者である学生は、音楽経験不足のため、保育現場での音楽活動に対して苦手意識を持っていた。しかし本研究の実践授業で、身体表現から音楽を理解し、輪唱やわらべうたを使ったアカペラでの歌唱が、彼らの苦手意識という心のバリアを取り除き、技術力、指導力の向上に繋がる突破口になったと推察される。リトミックやコダーイメソッドの教育法が幼児だけではなく、保育者を目指す学生達の育成にも有効な方法であることが明らかとなった。今後もこれらの先人が確立した教育法、何百年も前から継承されてきたわらべうたを用いた授業法、さらには、現代の保育現場に即した教育法の研究を進め、保育者の資質向上に繋げていきたい。

#### 参考文献

- 朝日公哉 2015『岡本敏明の輪唱教育論 ―「かえるの合唱」をめぐる一』論叢玉川大学教育学部紀要 P.3
- 柏瀬愛子 1987『コダーイの音楽教育思想とソルフェージュ教育』名古屋女子大学紀要第33巻エ P.191
- L.チョクシー、R.エイブラムソン、A.ガレスピー、D.ウッズ共著、板野和彦訳 1994『音楽教育メソッドの比較 コダーイ、ダルクローズ、オルフ、C.M.』全音楽譜出版社
- 馬淵明彦著 2014『子どもの指導のための小品集』オブラ・パブリケーション P.21
- 室町さやか 2013『幼児教育におけるわらべうたの意義と指導法』～コダーイ・メソッドに鑑みて～千葉経済大学短期大学部研究紀要第9号 P.47
- 岡本敏明編者 1957『輪唱のたのしみ』音楽之友社
- 岡崎裕美・二見美千代・佐久間敦子 2021『保育士養成校におけるソルフェージュ教育の必要性』千葉敬愛短期大学総合子ども学研究所 年報/2021年3月 P.11
- 佐々木由喜子 2015『リトミックにおける身体表現法に関する研究』―20世紀前後の身体表現教育との比較を中心に―
- 高橋民恵・平松なをみ・平松浩一郎・高向山 2021『様々な音楽表現を取り入れた保育者の実践力向上についての一考察』―テキストマイニングによる自由記述の分析から―常葉大学健康プロデュース学部雑誌第15巻第1号 P.108
- 内山尚美・森野かおり 2015『保育者・教員養成校におけるリトミックの活用性についての試案』東海学院大学短期大学部紀要 P.97
- 吉田直子 2010『楽譜を見てすぐ歌う力「視唱力」についての意識』―幼児教育科の学生を対象とした調査より―京都教育大学教育実践研究紀要第10号 P.111、P.117