

この機会を

全日本合唱連盟顧問
男声合唱団いらか会合唱団
松原混声合唱団

野村 維男

合唱活動が全国的に停止してしまう、こんなことが起こるとは想像もできませんでした。おそらく戦争末期にはあったかも知れません。「ウイルスとの戦い」の戦時下にあるという表現もあながち大げさではないように思えます。

この2か月間の身の回りの出来事を振り返りながら考えてみました。2月に政府から「全国規模の団体の催しの自粛要請」が出たことで合唱界が対応を強いられることになりました。東京都合唱連盟では「春のコーラスコンテスト」を「団員健康チェック表」提出や会場での感染防止対策を講じた上で開催しました。この段階での開催には様々な意見はあると思いますし、出演辞退もありましたが、出演した合唱団からは「歌う機会を失わずに済んだ」という声を聞くことが出来ました。実際、これ以降東京の合唱演奏会はほとんど中止・延期になってしまいました。

私の所属している合唱団は、大学合唱団OBを中心とした男声合唱団「いらか会合唱団」と「松原混声合唱団」です。いらか会合唱団は3月7日に演奏会を控えており、練習も詰めめの段階でしたが、話し合っただけで延期を決めました。聴きにきて下さる方への配慮というのが決め手でした。

松原混声合唱団は4月から5月にかけて、オーケストラとの共演を含む3つの演奏会に出演依頼を受けていました。曲目がバラエティーに富んでいて、かなりハードな練習をこなしているところでした。主催者から中止の連絡がないまま、使用できる施設を探しながらの練習継続でした。3月下旬に都知事からの強い自粛要請が出たこと、主催者から演奏会中止の連絡があったことで松原も3月26日以降の練習を休止しています。

大規模なフェスティバルである「東京カントート」も「北とぴあ合唱フェスティバル」も中止になり、東京都合唱連盟も「全日本おかあさんコーラス全国大会東京支部大会」の中止を決めました。さらに夏過ぎまでの各合唱団の演奏会のほとんどが中止、延期となり私たちの周りから合唱が姿を消して行きました。

4月7日の緊急事態宣言以来、感染の収束に長期間かかるという見方が増えてきているように思います。しかし、このような環境のもと合唱界で多くの試みが行われるようになったことに注目しています。オンライン・レッスンやWEB会議、はてはオンライン飲み会まで、いろいろなツールを活用して練習を補ったり、団内のコミュニケーションを維持したりできることを実感しています。これらの経験やノウハウは自由に

合唱が出来るようになった時に、合唱団の運営や練習に、また合唱連盟の活動などにこれまでと違うやり方が生まれてくる予感があります。

合唱活動の主役はもちろんみんなが集まって歌うことですが、メンバーの練習フォローや合唱団同士や関係組織間での情報共有・連携をサポートしたり、合唱連盟での意思決定迅速化などの組織強化をバックアップする脇役が得られるように思います。「在宅」の間に合唱を盛んにするため、合唱を知ってもらうため、合唱に加わってもらうため、さまざまなメディアの特性を活用して何が出来るかを考える機会にしませんか。

自宅でできる腹式呼吸

えひめグリークラブ団長

静岡大学OBグリークラブ

岡山 勇一

静大OBグリーはZoomを使った練習を4/18の午後約40分間行いました。初めての試みでしたが、「おんがく広場」の記事にもある実践例のように、やはり画像と音声のズレ、タイムラグの問題などがあり練習には不向きだと分かりました。それでもお互いの顔を見ながらの合唱談義や近況報告などでは随分楽しむことができそうです。今後、常任指揮者作成のYouTubeを通しての個人練習、ストローを使った腹式呼吸の練習を続けることになりました。洋光台男声合唱団の瀬野俊樹さんが「おんがく広場」第6号で書かれた「喉の鍛錬」についても、この際原点に立ち返る形で再確認の必要がありそうです。しばらくこの事態の好転は期待できそうにありませんが、再開時に合唱活動にスムーズに入れるように準備することとします。

静大OBグリーの指揮者は東京二期会の吉川健一先生です。先生から自宅でできる練習のポイントをいくつかご教示頂きました。まずは合唱のための呼吸方法を学ぶ必要があるため、風船を何回も膨らませることによって横隔膜を鍛え腹式呼吸の練習を行うこと、次にストローを使って腹式呼吸の要領を学ぶこと、以上二つの指示を受けました。

ストローは極細(子供用)、中程度(ジュース用)、やや太めのもの(タピオカ用)の3種類を準備し、口に咥えてストローのみで深い呼吸をゆっくりと何度もしてみる。ストローが細いほど呼吸はしにくいとその分、細く長く息をすることになる。一方太めのストローほど呼吸はしやすいが、どちらを使っても横隔膜を鍛えることができる。横隔膜を使った腹式呼吸のマスターには最適とのこと。ということで、まずは百均で風船と3種類のストローを買い、自宅で毎日腹式呼吸の練習をしましようという呼びかけでした。静大OBグリーの皆さんはきっと頑張っていることと思います。