

めざせ! 歌の達人



そうそう!
そのフクロウの声だよ
じゃー次はヤギの声
いってみようー!



▲喉頭模型

三重大学教育学部・教授
東京大学医学部客員研究員
弓場 徹 Yuba Toru

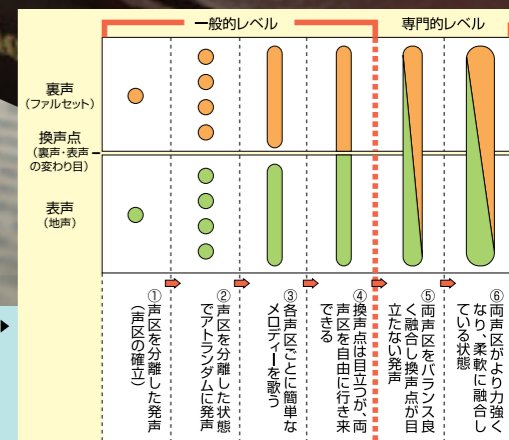
【URL】<http://music.edu.mie-u.ac.jp/index.html>



▲喉頭模型

SPECIAL EDITION

世界人名辞典



「YUBAメソッド」表

図「弓場メソッド」による音痴矯正手順
②、③裏声低音部が表声にならないように注意。⑤裏声を中心に融合をはかる。①～⑤の全行程を範唱・模唱形式で行い、示されたキーに合わせられない時は本人のキーに合わせ目的の音高に導く。

●私の研究紹介

簡単に言うと歌の発声法についての研究を行っています。歌う時に主役となって働くノドの中の筋肉「歌う筋肉」(内喉頭筋)を効率よくトレーニングすると、オンチも治ります!!人間の発声機能とそれを働かせるための方法を、長年の研究の末あみ出してつくった「YUBAメソッド」は、発声方法や手順などをわかりやすく体系化したものです。

●「YUBAメソッド」で

こんなことが可能になります!!

- ①低い声から高い声まで、幅広い音の高さを自在に出せます。
- ②小さな声から大きな声まで、音量の調節が自在にコントロールできます。
- ③正しい音程で歌えます。
- ④一息で長く歌えます。
- ⑤はっきりとした、わかりやすい正確な発音で、よく響くように歌えます。
- ⑥さまざまな音の色合いを出せるため、豊かな表現力で歌えます。

Q.換声点(かんせいてん)て知ってる?

A.ウラ声とおモテ声の切り替わるころをいいます。これは人によって、また声の強さなどによってもその位置は変わります。この位置では、正しい音程で歌うことが非常に困難な場合が多いのです。この換声点をうまく乗り越えるようにしたり消滅させるためのコツが、「YUBAメソッド」には、具体的に示されています。

Q.音域を広げるにはどうしたらいいの?

A.できるだけ低い声から、できるだけ

高い声を出せば鬼に金棒ですね。そのためには、ウラ声を出すために働く筋肉と、オモテ(地)声を出すために働く筋肉を鍛え、これらの筋肉を協調させればいいのです。筋肉は、トレーニングで適確にコントロールできるようになりどんどん強くなってきます。そうすれば音の高低を自在に出せるようになり、**脱オンチからカラオケ名人へ!**

Q.男女で声の高さが違うのはなぜ?

A.ノドの中にある声帯が振動するこ

とで、声の元になる音が作られます。声帯の振動数が声の高さを決定します。そして、この声帯のつくりの違いが声の高さを大きく左右します。男性の声帯は女性の声帯よりも長く厚いため声帯の振動数が少なく声が低くなるのです。ちょうど弦が短いバイオリンと長いコントラバスの音の違いと同じ原理ですね。

Q.どうして加齢とともに声が変わるの?

A.年を重ねるうちに、だんだん身体の機能は低下し、声を出すための筋力

なども落ちてきます。声を出すという行為も、息を吐いたり声帯をコントロールするノドの中の筋力で保たれているため、次第に声が変わってくるのです。一般的には、年をとるに従って、特に女性は声が低くなる傾向があります。しかし、「歌う筋肉」をトレーニングすることである程度声の老化を防止したり若返らせるといったことが可能になります。いつまでもハリのある若々しい声は、コミュニケーションにも有効ですね。

