

心を豊かにする

# ライアー

19世紀後半から20世紀初めにかけて、ドイツを中心に活躍した

思想家ルドルフ・シュタイナー。

「シュタイナー教育」で考案された

弦楽器「ライアー」は、子どもへの教育の場で

奏でられるだけでなく、大人が学び、

癒される音としても注目されています。

長崎市内のライアー愛好家が

集まる「もやいの会」へ

おじゃましました。

ライアー  
大人用の「ライアー」。  
ピアノの白鍵に当たる弦  
が表に、黒鍵に当たる弦  
が裏に配され、表と裏  
から抱え込むように  
奏でます。



キンダーライアー  
子ども用の「キンダーライアー」。  
5歳から始めることができます。まずは7弦のペンタトニックからスタートするのがおすすめです。

この方に話を伺いました!



●岡本千寿子さん プロフィール  
ライアー講師歴13年。自身の子育てに出合ったシュタイナー教育を通じライアー奏者となる。田原真樹子氏に師事し、現在は福岡県を拠点にオイリュトミー、ライアーの指導を行う。「もやいの会」で月1回指導。

触れば響く暖かな音色  
弦楽器「ライアー」とは

シュタイナーの提唱した人智学において考案されたライアー。幼児から大人まで年齢や技術を問わず挑戦でき、弾き込むことでより深く学べるのがこの楽器の魅力です。岡本先生による大人のためのライアー教室を取材しました。レッスンはウォーミングアップからスタート。オイリュトミーなどで集中力を高めた後、わらべうた「あめふんなこふんな」を演奏します。この日は、先生の歌う音階や歌詞を耳で覚えながら演奏するという練習内容でした。初めて挑戦する楽曲であるにも関わらず、生徒の皆さんは即座に音を奏でながら歌い始めます。

「アンサンブル中にも間違っただとしても、違和感がないのが不思議」「音を通じて人がつながり、美しい作品を作り上げているという実感が持てる」と生徒の皆さんは話します。

子どもも大人も惹きつける  
心地よい音の力

子育て支援事業で子どもに読み聞かせを行なっているという生徒の1人は「ライアーを弾きながら絵本を読むと、0歳児の赤ちゃんも集中して話を聞いてくれるんですよ」と、その音色が持つ不思議な力を教えてくれました。ほかにも、子どもの寝かしつけのために弾いているというの間にか自分まで安眠してしまう母親の話や、ライアーの演奏に心が癒されたという経験談なども、「独特の音色には、特に子どもの耳を傾けさせる力があるように感じます。触れば音が出るというシンプルさは親子のコミュニケーションツールの1つとして適していますし、忙しく過ごす大人の癒しにもなるのでは」と岡本先生。ライアーには子どものみならず、大人の心も豊かにする力があるようです。

ウォーミングアップ中は  
まずはオイリュトミーで  
イメージ力を高めます



演奏中手元  
指の腹で押すように  
弾いて音を出します



演奏風景  
シンプルな旋律が重なり、音色に  
暖かさが増すアンサンブル

# 文化や風土を体感する

# わらべうた

シンプルに繰り返される旋律に  
独特な響きを持つ歌詞。  
子ども達の口伝えで

広まった「わらべうた」には、  
歴史、方言などの  
地域の文化や風土が  
色濃く反映されています。

保育士への指導により、  
子どもたちへわらべうたを  
広めます

日本人の音感に合った  
わらべうたの柔らかな音階

きつと誰もが持っている「わらべうた」の記憶。  
歌えば子ども時代の思い出が鮮やかに蘇るの  
ではないでしょうか。

「わらべうたは、明治時代に西洋から入ってきた『ド・レ・ミ・ファ・ソ・ラ・シ・ド』の代表的な7音階ではなく『ド・レ・ミ・ソ・ラ』の5音階で成り立っています。古来、日本の子ども達の音階は5音階で、これに慣れ親しんできたのです。赤ちゃんが胎内で受ける外からの刺激は主に聴覚といえますし、お母さんのお腹の中の赤ちゃんにわらべうたを歌い聞かせることは、初めての「コミュニケーション」としておすすめです。」



保育園での指導の様子

この方に  
話を伺い  
ました!



●山田ゆかりさん プロフィール  
わらべうた「あっかどばい」代表。  
諫早市にある総合発達医療センターの音楽療法士。ワークショップの主催や保育園での研修、指導。NHK Eテレ「ほんごであそぼ」におけるわらべうた指導や、YouTubeでの動画配信により、長崎のわらべうた本来の魅力を日本のみならず世界に発信。  
詳しくは↓

<http://warabeuta.org/>



一度聞いたたら忘れられない!  
わらべうたは「歌のおもちや」

わらべうたの始まりは奈良時代にまで遡るといわれています。以降、時代や文化を反映した多くの歌が日本各地で歌い継がれてきました。

「わらべうたを読み解くことで、歴史的背景を知れることもできます。長崎らしいもの1つとして挙げられるのは「あっかどばい」。これは正月に出島を訪れた遊女の着物の裏地が真っ赤な金巾かねあしであるのを見て、子どもたちが「居留地に住む外国人からもらったとばいね」とはやしたと思われる歌。他にも「ピーチクチャー」や『でんでらりゅうば』など、面白い歌がたくさんあります。わらべうたは『歌のおもちや』。子どもには素材の良いおもちやをたくさん与えたいものですよね。」

シンプルで気軽に楽しめる上質な歌のおもちや「わらべうた」。親子で一緒に遊んでみましょう!

## おもしろいわらべうた

「あっかどばい」  
あっかどばい  
かなきんばい  
おらんださんから  
もろたとばい  
ばい



「あっかどばい」に登場する「金巾」は、外国から輸入された貴重な縮の布地で、着物の裏地に使用されていました。

「でんでらりゅうば」  
でんでらりゅうば  
でてるるばつてん  
でんでらんけん  
でてこんけん  
こんこれんけん  
これられんけん  
こーん こん

「ピーチクチャー」  
ピーチクチャー ピーチクチャー  
チャーホチャ  
ピンズルヨウニ ソーテンカラ  
ナーノモシテ オモシロイ  
ヤレコノ、ズンズルベッコ  
サンケツケ、トイマンシユルベ  
シユクシユクシヨベン  
パイロ パイロ ジンタン



「歌うことでお母さんの気持ちも安定しますよ」と山田さん



風を感じるわらべうた「うえからしたから おおかせこい」