



発行：一般社団法人 日本ハンドベル連盟
〒112-0013 東京都文京区音羽
1-22-18 アルス音羽 II-214
TEL 03-5395-1760/FAX 03-5395-1739
E-mail → hrj@handbell.jp
WEB → www.handbell.jp

HEADLINE

.....1
2021年度HRイベント
.....2
ああベル人生に笑顔あり
楽譜の風景
ヘルシーリングング～怪我防止～
.....3
みんなのチーム紹介
Angel Tidings
.....4
メンテナンス講座
聖文舎ハンドベル販売から
.....

■HRJ 代表アドレスが変わりました。

(旧) hrjtokyo@mx2.nisiq.net
⇒ (新) hrj@handbell.jp
スタッフの個人アドレスをご存知の場合
は直接ご連絡いただくとスムーズです。
なお旧アドレスもしばらく使用いたしま
すが、お手元の控えの変更をお早めにお
願いいたします。

■銀行口座が変わりました。

一般社団法人への移行にともない、年會
費のお振込先口座が変更となりました。
詳しくは継続入会案内をご覧ください。

2021年度もよろしくお祈いします

新年度が始まります。ニューノーマルな生活様式のもと、新たな
世界に足を踏み入れた方も多いのではないでしょうか。

日本ハンドベル連盟も4月から一般社団法人として、心機一転、歩
みを進めてまいります。

コロナ禍の収束もいまだ見えない中、昨年に引き続き連盟行事は中
止・未定ばかりで寂しい限りですが、少しずつ少しずつ、ハンドベル
の音と皆さんの笑顔が戻ってきますように！

2021年度連盟イベントカレンダー

(3月31日現在)

〔本部主催〕

- 6月5～6日 指導者講習会(実施予定:静岡県浜松市)
- 8月 夏期講習会(詳細未定:5月頃案内予定)
- 11月 全国フェスティバル(詳細未定)
- 2022年3月 小編成講習会(詳細未定)

〔地区フェスティバル〕

- 6月19日 中部フェスティバル(実施予定:愛知県名古屋市)
- 関東、関西、東北フェスティバル…中止
- 中国四国、九州、北海道フェスティバル…詳細未定

ホームページはご覧いただけましたか？

昨年、連盟のホームページをリニューアルしました。
入会申込書等の書類をはじめ、過去の「会報」や「ハンドベル通信」
のデータも少しずつ保管していますので、どうぞご活用ください。



ああベル人生に笑顔あり

その⑥ by 谷本 智子

～アンサンブルリングング パート着脱可能楽譜～

「パート着脱可能楽譜」ってどんな楽譜？

簡単にご説明すると、曲として(それだけで演奏が)成立する基礎(本体)に、ベースライン(下)やオブリガート等(上)をオプションとして付けたもので、2 名程度のリンガー増減対策ができます。私の出版譜では、前回チラッと書いた「ベースライン付き」というのがそれです。元々は我がファミリーの演奏において、人数が 3 人～5 人と変動する為、同じ曲でも人数変動に対応させたいと考えた次第です。彩りを添えられる上パートは、ベルツリーや谷本考案焼き鳥セット(通信第 74 号をご参照ください)も活用しています。そういう、パートを丸ごと着脱できる楽譜が他に存在するかどうかは未確認です。悪しからず。

以下、ご自身で編曲する場合(着脱可能楽譜に限らず、編曲全般)、知っておいていただきたいことをお伝えします。それは許諾についてです。「演奏」の場合は非営利などの要件を満たせば、作品利用許諾は不要ですが、「編曲(作品改変)」の場合は利用形態にかかわらず、著作者人格権のひとつである「同一性保持権」に基づき、予め原著作者や関係権利者の同意を得ることが必要となり、音楽出版社を通じて直接確認しなければなりません。YouTube など JASRAC と包括契約している動画配信サイトにおいても、改変したものは自由にアップできないのでご注意ください。

また、購入した編曲楽譜に手を加えさせていただきたいと願う場合、編曲者へご連絡するのが筋道であることをお伝えします。それから、著作権の消滅した PD (パブリックドメイン) 作品についても、二次的著作物としての別の著作権が発生している場合がありますので、よくお調べください。(尚、2018 年 12 月に保護期間が 70 年に改正されています)(次回につづく)

楽譜の風景

その⑧ by 岡本 和子

今回はハンドベルの編曲その③「ハンドベル独自の楽譜の音域の広げ方」について書かせていただきました。今回は、「ハンドベルの奏法の効果的な使い方」について考えてみたいと思います。

ハンドベルには、色々な種類の音色を出すための独特な奏法(鳴らし方)があり、作品の中で曲想に合わせて奏法を用いると、より豊かな表現の幅を持った作品にすることができます。ここでは、代表的な奏法とその効果的な使い方について、3 回に分けてお話ししたいと思います。

① L.V (レット・ビブラート)

ピアノのサスティンペダルと同様、音をそのまま響かせる奏法です。L.V の記号がついたところからかかることとなりますが、これは次の L.V もしくは R かダンブ記号が出てくるまで有効となります。歌うようなリングのメロディーに、L.V のかかったアルペジオの伴奏を添えるというのが定番の使い方です。一般的には、和音が変わるごとに L.V を入れ直して、「音が濁らないように」配慮をしますが、例えば音階を全て L.V で演奏してベル独特の響きを楽しむ、というような使い方もされています。

② リングタッチ

ベルをリングで鳴らして直ぐに胸で音を止めます。動きはかなり派手になるので見た目のインパクトがある奏法なので、アクセントをしっかり付けたい時に使います。大きなベルはなかなか音が止まらないので、4 番ベルくらいまでで使うのがお勧めです。

③ シェイク

ベルを持ったまま、腕を小刻みに動かします。ハンドベルの特徴として、一度音を出したらその音は消えていきますが、この奏法を使えば音を持続させたり音量を上げたりすることができるので、曲を華やかに盛り上げたい時に、ハイベルで使うと特に効果的です。大きなベルでのシェイクはリンガー泣かせになるので、せいぜい G4 位までのベルで使うのが適切かと思えます。(次号へ続く)



ヘルシーリングング ～怪我予防～ その⑭ by 湯浅 英貴

さあ、背伸びをしよう!

まだまだ、コロナ禍と叫ばれている日々が続いておりますが、皆様お元氣でしょうか。こんな時期ですから、うつうつとなってしまうところを、なんとか切り替えて生活をされている事と思います。ほんのちょっとした事でも、気持ちが楽になったり余裕がでたりすることあると思います。今回はちょっとそのお話でも。

前回、姿勢を意識しよう、というお話をしたと思います。いい姿勢でいるのは疲れるもの。また、寝起きやリフレッシュしたいと思ったら背伸びをしましょう!

寝ている体勢ではつま先を伸ばし、手を思いっきり頭の上の方にぐーっと伸ばしてみてください。立っている体勢では、手だけでも構わないので壁に寄りかかってつま先立ちになって天に向かってぐーっと伸ばしましょう。伸ばす時は深呼吸しながらゆっくり 5 カウント数えて、力を抜きましょう。2 回くらいやると良いかもしれません。手から肩、背中に対してストレッチ効果が表れます。つま先も伸ばしていくことで、体が上下に伸びていく感覚があり、終わった後は気分的にもすっきりすると思います。(個人の感想です)。信じてやってみましょう!【続く】

< みんなのチーム紹介 >

今回から新たに全国の様々なチームを紹介していきます！第1回目は関東のチームをご紹介します！



新島学園中学校・高等学校聖歌隊 (群馬県安中市)



現在、中学生15名・高校生15名の総勢30名で活動しております。合唱とハンドベルを活動の両軸としており、外部講師として白鷗大学の荒井弘高先生と理学療法士の湯浅英貴先生をお迎えして、演奏の方法から身体のメンテナンス、そして悩み相談まで、幅広くお世話になっております。毎年、6月の定期



演奏会と、12月のクリスマスコンサート(軽井沢大賀ホール)を最大の目標に、日々の礼拝奉仕や県内外の教会や福祉・教育施設などでのコンサートを実施していましたが、昨年度末のコロナの影響から、これまでのような活動は自粛せざるを得なくなりました。それでも感染防止に努めながら、生徒とともに今できることをコツコツ積み重ねてこられたと思います。特にラジオ局からお声掛けをいただく機会が増えたことで、人前での演奏は叶わずとも、録音して多くの方に音楽を届けるという、これまでにはなかった方法での演奏の難しさと楽しさを経験し、活用しています！これからも現状にくじけず、自分たちにできることに精一杯チャレンジしていこうと思います。



次回はどのグループでしょうか？
お楽しみに！



Angel Tidings

～イングリッシュハンドベルとハンドチャイムのリンガーと指導者のための教本～ その⑩ by 下田 和男

ハンドベルの指導に携わる人、これからハンドベルの指導者を目指す人の必読の書。リンガーにとっては、ハンドベルとハンドチャイムを知るために不可欠な専門書。もうすでに手に取ってお読みいただけましたか。

本文230ページより、一部紹介しています。

第2章 ハンドベルの魅力

(音楽的、教育的な視点から) (P85～)

第6節 ハンドベルの読譜の意味

[3]ハンドベル(ハンドチャイム)と音楽療法

1) 音楽は、私たちの生活に潤いを与えてくれます。一方で音楽は、健康の維持、改善にも役立つ素晴らしい効果を持っている。ということがいろいろな研究で明らかになってきています。これを医療に応用して活用したのが“音楽療法”です。音楽療法とは、“音楽の持つ潜在的な力(生理的、心理的、社会的)を病気や心身障がいなどの改善や予防、さらに生活の質の向

ハンドチャイムの為の楽譜、
「春がきた・春の小川」好評発売中！

上に向け(意図的、計画的)に活用して行われる治療的、教育的な方法(手段)”を言います。音楽療法においては、対象者(クライアント)の健康や成長にとって“意味の有る”経験がなされることが重要です。そのためには、生活の一部として音楽療法を日常的に取り入れ継続して活用することが理想的で望ましいことなのです。

2) 音楽療法における演奏活動は、対象が“上手く演奏できるようになる”ことを目指すものではありません。また、聴く活動は、受動的な音楽鑑賞とは基本的に違います。単に心地良い音楽を BGM として流すのではなく、個人的な好き嫌いとらわれずに、病気の改善や予防という目的意識をもって積極的(能動的)に音楽を聴くことです。いずれの場合も“音楽療法は継続すること”が大切となります。また、対象者の健康や成長にとって“意味の有る”音楽経験がなされるように組織されることが大変重要な要素となります。【続く】

◇ 聖文舎ハンドベル販売(株)とハンドベル連盟の共同企画 ◇

ハンドベルメンテナンス オンライン講座

前回ご好評いただきましたベルメンテナンスオンライン講座、第2回目を開催いたします！！
日々練習で使われているベルも、練習ができなかった自粛期間に置きっぱなしのベルも、積み重なった汚れや湿気でケアが必要な状態になっています。前回参加した方も、繰り返し見ていただくことでベルの構造についてより詳しく知るきっかけになると思います！

ベルメーカーごとに時間をわけ、磨き方や分解と組み立ての方法を解説いたします。

日時：4月10日(土)

シューマリック… 11:00-12:00 (予定) “シューマリック” 磨き、分解と組み立て
マルマーク … 13:00-14:00 (予定) “マルマーク” 磨き、分解と組み立て

媒体：オンライン会議サービス zoom

参加：無料 (通信費はお客様負担となります)

詳細情報をお知らせしますので、参加希望の方は4月8日(木) 17:00までに
webmaster@handbell-japan.com に名前、メールアドレス、参加希望回を明記の上ご連絡ください。
その他お問い合わせも webmaster@handbell-japan.com までお願いいたします。

◆ 聖文舎ハンドベル販売(株)からのお知らせ ◆

HPをリニューアルしました！！

➤➤➤ <https://handbell-japan.com/sheet.html>

- ・ スマートフォンからも見やすい仕様
- ・ 演奏備品や部品のご注文が可能 (※発送&請求は従来通り)
- ・ 最新の各種注文書、修理依頼書、楽譜リストを掲載



Facebookで楽譜紹介投稿中！



ハンドベルが誕生してから今日までに、讃美歌・クラシック・ポップス・民謡など、様々なジャンルの楽譜が出版されてきました。その数は実に1万作以上。そんな中から、それぞれの作品が持つ背景や魅力をご紹介します、日本中のリンガーの皆様により多くの作品を知っていただくという企画です。

王道の曲から、ユニークなアレンジ、季節に合った曲、隠れた名曲など、様々な楽譜をご紹介します。選曲に悩まれる皆様にも、何かお役に立つ情報を見つけていただければ幸いです。いいね、コメントもお待ちしています！