

メロディオン出版物

# ケンハモ 音楽呼吸法 DVD

メロディグラフによるソングブック Vol. 1

今までにない音楽の表記法「メロディグラフ」を活用したケンハモ演奏と呼吸法のメソッドを収録したDVDです。1人でもアンサンブルでも、鍵盤ハーモニカの演奏をやさしく楽しめます。

税込価格 ¥5,280  
(本体 ¥4,800)

収録内容

- キレイなロングトーン
- ロングトーンと指練習
- リズム組曲
- リズムの経験
- キラキラ星
- カッコー
- カエルの合唱
- 小ぎつね

編者 宮浦 清

作曲家、サクソフォニスト、呼吸研究者、セロニンDojo呼吸法師範 合同会社音楽呼吸総研 代表

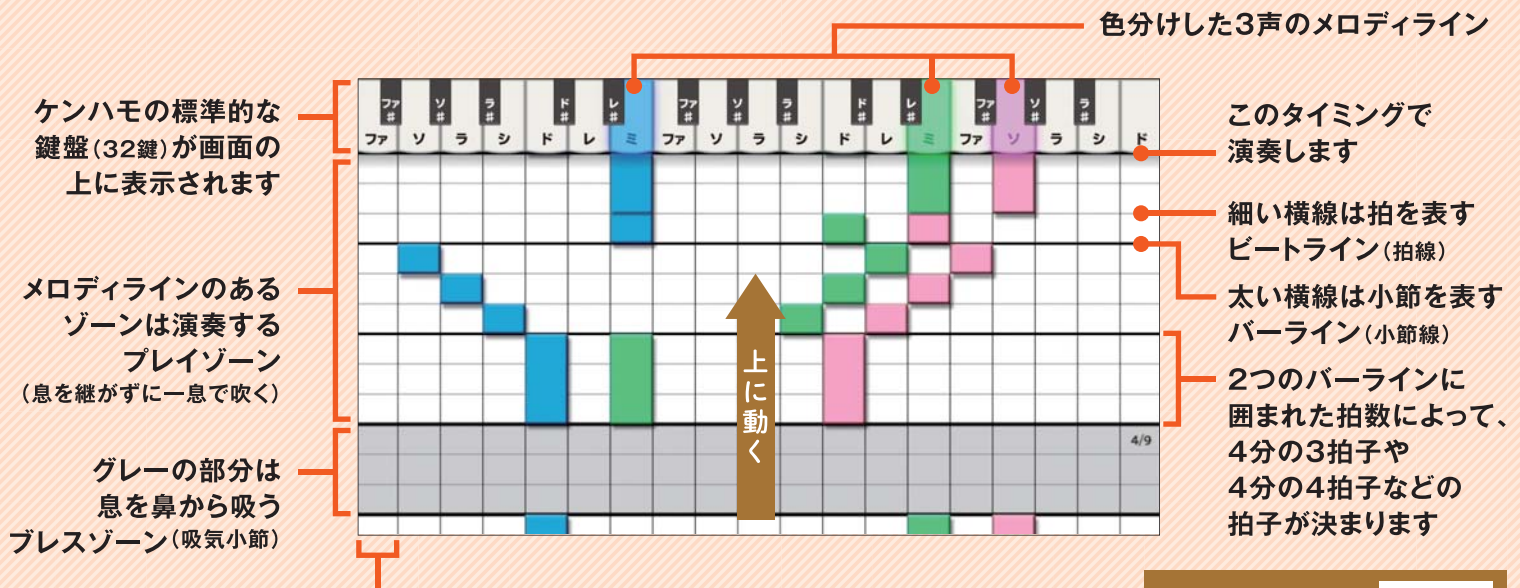


医学監修 有田秀穂 (東邦大学名誉教授)



## メロディグラフとは

メロディグラフはメロディラインを、色分けしたグラフで表したものです。伴奏と共に上へと進んでいくグラフにタイミングを合わせて鍵盤ハーモニカを吹くだけで曲を演奏できます。



ミュージックグリッドの縦の帯は 鍵盤の白鍵の音程を示しています  
半音の黒鍵の場合は、2つの白鍵の真ん中にメロディラインが示されます

実際の使用動画をご覧ください。





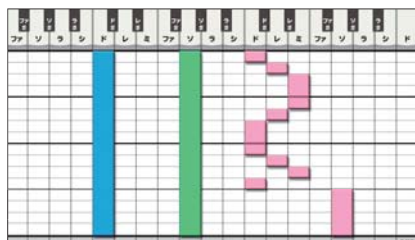
# 鍵盤ハーモニカ演奏の基本「ロングトーン」と「リズム」をしっかりと練習できる

## ロングトーン編



### キレイな ロングトーン

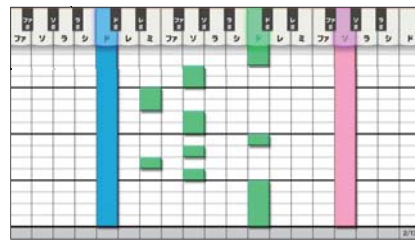
ロングトーン練習の基本です。ピブラートをかけず、まっすぐでストレートな音色を心がけます。



### ロングトーンと 指練習

下2声のロングトーンに支えられ、トップで指5本を動かすフレーズのバリエーションを演奏します。

## リズム編



### リズム組曲

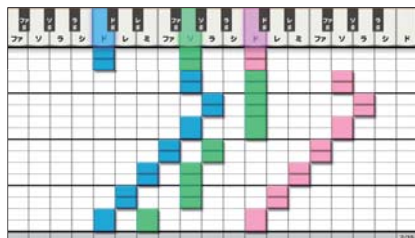
3つのパートを3人で順番に練習し、リズムと指運動に慣れていきましょう。



### リズムの経験

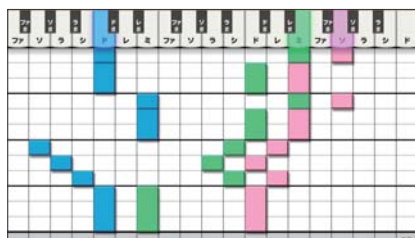
いろいろな音符をユニゾンリズム(同じリズム)でハーモニーを完成させるリズムの体験集です。

## 楽曲編



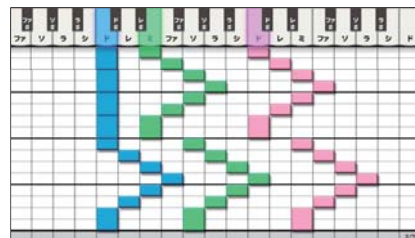
### キラキラ星

後半のパートでは下2声のフレーズが前半と変わります。音楽はいろいろな表情を持つて、ということを体感してください。



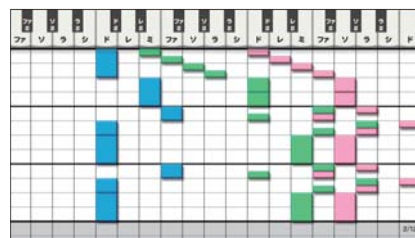
### カッコー

4分の3拍子、ワルツのリズムの曲です。シンプルなメロディの下に和音が加わります。ケンハモの初心者はこの曲からはじめるといいでしょう。



### カエルの合唱

リズムを合わせてきれいなハーモニーを作りましょう。後半は輪唱となるので、息を吸う部分が各パートによって変わります。



### 小ぎつね

この曲のメインメロディは1オクターブの広がりを持っています。指使いを工夫して、自分なりのフレージングでスムーズに演奏しましょう。

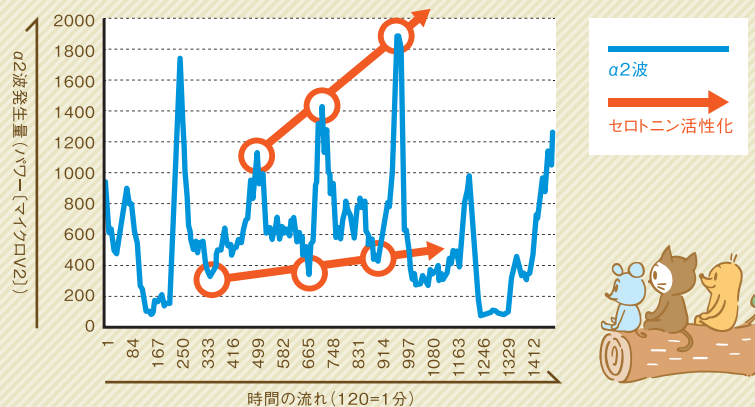
## 深い呼吸による効果



右図はメロディグラフを使用して鍵盤ハーモニカを吹いた時の脳内のα2波の出現グラフです。

メロディグラフは、鍵盤ハーモニカの演奏を通して、長く深く呼吸することを意識した構成になっています。この意識的な呼吸が、精神を安定させストレスを軽減させる効果がある脳内ホルモン「セロトニン」を活性化させることが証明されました。鍵盤ハーモニカを楽しく演奏しながら、呼吸によるうれしい効果も期待できます。

〔α2波の計測によるセロトニン活性化の検証例〕セロトニン Dojo 2019.06.11



制作・著作・発売元／合同会社音楽呼吸総研 IMB (Institute of Mujic Breathing)

**SUZUKI**  
株式会社 鈴木楽器製作所

<http://www.suzuki-music.co.jp/>  
インターネットでスズキホームページをご覧ください。  
本社 〒430-0852 浜松市中区領家2-25-12  
TEL 053-461-2325 FAX 053-463-5858

札幌 011-551-8911 / 仙台 022-244-3121 / 東京 03-5204-3130 / 浜松 053-463-6602 / 名古屋 052-703-7715  
大阪 06-6190-7911 / 高松 087-837-6070 / 広島 082-509-2225 / 福岡 092-573-7251 / 熊本 096-213-7733

- 仕様及び外観は製品改良のため予告なく変更する場合があります。
- 製品の色は印刷の関係で多少、実物と異なる場合があります。
- 詳しくは、各地の取扱店、または営業所にお問い合わせ下さい。
- 記載の価格は2019年10月1日現在の価格です。
- 製品価格には送料・設置費用は含まれておりません。