

各 位

2021年2月22日
株式会社リットーミュージック

「残酷な天使のテーゼ」で知られる歌手・高橋洋子が初の書籍を刊行



インプレスグループで音楽関連のメディア事業を手掛ける株式会社リットーミュージック（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：松本大輔）は、『～高橋洋子のヴォーカル・レッスン～「残酷な天使のテーゼ」「魂のルフラン」をだれよりも上手に歌えるようになる本』を、2021年2月26日に発売します。

テレビアニメ『新世紀エヴァンゲリオン』主題歌「残酷な天使のテーゼ」や、映画『新世紀エヴァンゲリオン劇場版 シト新生』主題歌「魂のルフラン」などのヒット曲を持つ歌手・高橋洋子による、初のヴォーカル教則本が誕生しました。

本書は、約30年にわたるプロ歌手としてのキャリアで培われた「歌うためのノウハウ」と、「残酷な天使のテーゼ」「魂のルフラン」の歌唱法について、本人から直接指導を受けられる内容となっています。

さらに、ゆっくりと歌うことで歌が上手になるという高橋のメソッドに則った、通常の「残酷な天使のテーゼ」「魂のルフラン」よりもテンポを落とした「ヴォーカル練習用カラオケ動画」もご用意しました。しかもこの音源は「残酷な天使のテーゼ」で編曲、「魂のルフラン」で作編曲を務めた音楽家・大森俊之自らが新たに音源制作を担当した、とてもぜいたくなカラオケ動画です。

ぜひ本書ならびにカラオケ動画を活用して、高橋洋子のメソッドを習得し、だれよりも「残酷な天使のテーゼ」「魂のルフラン」を上手に歌えるようになりましょう！

1

歌職人としての誇り

▷▷▷ カラオケの功罪

カラオケが普及してから、人前で歌を歌う機会が増えました。

私が子供の頃、マイクの前に立つというのは「何かを発表する場」でした。一生懸命に練習した歌をステージで披露するとき、「あれだけ練習したから大丈夫」と思いながらも、緊張でドキドキしながらマイクの前に立ったことを思い出します。当時は自宅にマイクがある家も少なく、もしあったとしてもラジカセにつないで自分の声をカセットテープに録音し、それを聴いて「私の声って、こんな声なの!?!」とビックリする用途に使うくらいでした。ですので「マイクの前に立って歌うこと」は、多くの人に自分の歌を聴いてもらう場だったのです。

しかし1980年代から始まったカラオケボックスのような閉じられた場所で、仲の良い人たちだけに向けて歌うことが一般化し、人が歌う歌へ厳しい目を向けること、そして自分が歌う歌に責任を持つことが少なくなりました。音程が多少合っていないでも、テンポがズレていても、メロディを変えて歌っても、歌うことが「楽しければいいもの」に変わっていったのです。

カラオケの登場は「歌」と「歌うこと」を身近にしました。それはとても良いことだと思います。歌を楽しんでくれる人が増えるのは、歌手としてこの上ない幸せです。

でも「人前で歌うこと」のハードルが下がってしまったことで、「歌を生業として生きること」のハードルも一緒に下がってしまったように感じるので。

歌はだれでも歌うことができます。ただ、だれもが正しい音程、リズムで歌えているわけではありません。でも、「歌えて」しまうのです。

しかし練習せずになんとなく歌えている人は、なんとなくその程度の歌で終わってしまいます。今の歌よりも、上手になることはありません。

しかし「歌を上手に歌う」ことは、練習すれば必ずだれでもできるようになります！

歌が上手になるには正しい道筋があり、熟達の度合いを測るためのチェックポイントを通過しないといけません。自己流で間違っただけで行ってしまうと、正しい音程やリズムを体得できないばかりか、無理して喉を痛めることもあります。そうなると、もう取り返しがつかなくなってしまうのです。

とはいっても、この本はアーティストになりたい人やスター歌手を目指す人専用の本ではありません。そうなるには才能と実力があり、時に運も必要になります。どんなに歌が上手でも、さまざまな要素がピタッと合わなければ、手が届かない世界です。逆にどんなに下手でも、タイミングさえ合えばスポットライトが当たってしまうこともあります。

しかしプロの世界はそんなに甘いものではありません。何があっても最後まで歌うことを諦めなかった人、どうしても歌うことを諦められなかった人だけが残る世界です。



▶▶▶ 余計な力を抜く「こんにゃく体操」

歌う前には、ぜひウォーミングアップをしてください。

まずやってほしいのは「こんにゃく体操」です! これは私が東京湾野川少年少女合唱団にいるときに教わったもので、もう半世紀近くもやり続けている体操です。

まず身体の力を抜いてください。大事なのは身体が傾いたり曲がったりせず、まっすぐに立つことです。もちろんすべての力を抜いてしまったり倒れてしまうので、立ったり動いたりするのに必要な力だけは入れてくださいね。

これができたら上半身を前へ曲げ、身体を半分に折ります。手は重力に任せてだらんとさせます。そこから全身を揺らしながら「あ〜〜〜」と声を出します。声はそれほど張らずに、リラックスした状態で出せる程度のボリュームでOKです。

このとき身体は揺らすけれど、声は揺らさないように、そして自分がこんにゃくになった気持ちで、みぞおち辺りを中心にダランとしたまま、胴体の中心を左右にゆらゆらさせて、力の抜けた手も一緒にゆらゆらするようなイメージで上体をゆっくりと上げていき、最初の状態に戻ります。これを何度か繰り返していくと、身体から余計な力が抜けて、声を出すための準備が整います。

身体が柔らかくなったなら、柔軟体操やヨガなどで全身をストレッチしてください。

▶▶▶ 定番トレーニング「リップロール」

続けて「リップロール」を行います。

唇をプルプルと振動させ、声を出すのですが、これは多くの歌手がやっていて、ヴォイストレーニングでも取り入れられています。私も歌う前のウォーミングアップや、ステージやテレビ出演の本番の前に必ず行っています。

やり方は唇をグッと閉めたまま口角を上げて固定し、閉めた唇を破裂させるようなイメージで声を出します。すると漏れ出した空気が唇を震わせて「プルプルプル……」と音が出ます。最初は上手くいかないかもしれませんが、練習をしているとできるようになります。

私は不器用なので、両頬のエクボができる下辺りに人差し指を当てて、頬を上へ押すようにして唇の形を固定してやっています。口を閉めるだけでは上手くいかない人は、いろいろと指を当ててみて、好きな場所を押さえてみてください。また頬を空気で膨らましてしまうとやりにくいので、口の中へ空気を溜めないよう、肺から喉を通って、そのまますぐに唇から出すようにしましょう。

これで地声の低いところからだんだん高い声を出し、さらに裏声で自分が出せる一番高い声まで上げて、また一番低いところまで……と



リップロール

■書誌情報

書名：『～高橋洋子のヴォーカル・レッスン～「残酷な天使のテーゼ」「魂のルフラン」をだれよりも上手に歌えるようになる本』

著者：高橋洋子

定価：本体 1,900 円 + 税

発売：2021 年 2 月 26 日

発行：リットーミュージック

商品情報ページ <https://www.rittor-music.co.jp/product/detail/3119317130/>

CONTENTS

第零章 歌は誰でも歌えるけれど

第壹章 高橋洋子流「毎日のルーティン」

第貳章 歌の技術

第参章 「残酷な天使のテーゼ」歌唱法

第四章 「魂のルフラン」歌唱法

第伍章 鼎談 及川眠子 × 大森俊之 × 高橋洋子

PROFILE

高橋洋子（歌手）

1987年から久保田利伸や松任谷由実などのコンサートでバックコーラスやスタジオミュージシャンとして活動。

1991年「P.S. I miss you」で、ソロ歌手としてメジャーデビュー。翌1992年に「もう一度逢いたくて」で日本レコード大賞新人賞、「P.S. I miss you」で日本有線大賞新人賞を受賞する。

代表作は、1995年『新世紀エヴァンゲリオン』の主題歌「残酷な天使のテーゼ」、1997年に公開された『新世紀エヴァンゲリオン劇場版 シト新生』主題歌の「魂のルフラン」で、現在に至るまでロングセールが続いている。累計発売枚数総計約150万枚（2019年時点）。

2020年末までの時点でシングルCD29枚、アルバム13枚、ベストアルバム8枚を発表するほか、2017年3月には鷺巣詩郎プロデュースにてシン・ゴジラ対エヴァンゲリオンをテーマとしたマキシシングル『Welcome to the Stage』を発売。安野モヨコによるジャケットイラストは話題を呼び、同3月に渋谷 Bunkamura オーチャードホールでシン・ゴジラ対エヴァンゲリオン交響楽コンサートに出演。2017年末にはコンサート収録CDがキングレコードから発売された。

2018年6月20日に「残酷な天使のテーゼ／魂のルフラン」リマスタリング両A面マキシシングルを発売。同年からフランス、北京、香港、広州、上海、台湾、ロシアなどエヴァンゲリオンワールドツアーを実施。2019年7月24日にはシングル『残酷な天使のテーゼ MATSURISPIRIT』を発売、また2020年10月7日には自身の楽曲も多数収録される、『エヴァンゲリオン』シリーズにてアニメ映像と共に楽しまれたヴォーカル楽曲セレクションCD『EVANGELION FINALLY』が発売された。

【株式会社リットーミュージック】 <https://www.rittor-music.co.jp/>

『ギター・マガジン』『サウンド＆レコーディング・マガジン』等の楽器演奏や音楽制作を行うプレイヤー＆クリエイター向け専門雑誌、楽器教則本等の出版に加え、電子出版、映像・音源の配信等、音楽関連のメディア＆コンテンツ事業を展開しています。新しく誕生した多目的スペース「御茶ノ水 Rittor Base」の運営のほか、国内最大級の楽器マーケットプレイス『デジマート』やエンタメ情報サイト『耳マン』、Tシャツのオンデマンド販売サイト『TOD』等のWebサービスも人気です。

【インプレスグループ】 <https://www.impressholdings.com/>

株式会社インプレスホールディングス（本社：東京都千代田区、代表取締役：松本大輔、証券コード：東証1部9479）を持株会社とするメディアグループ。「IT」「音楽」「デザイン」「山岳・自然」「モバイルサービス」「学術・理工学」「旅・鉄道」を主要テーマに専門性の高いメディア&サービスおよびソリューション事業を展開しています。さらに、コンテンツビジネスのプラットフォーム開発・運営も手がけています。

以上

【本件に関するお問合せ先】

株式会社リットーミュージック 広報担当 吉田（勇）、原見

Tel: 03-6837-4704 / E-mail: pr@rittor-music.co.jp