

# スケールを覚えるコツを掴み完璧にマスターする講座 スリーノート・パー・ストリング編 vol.03

前回に引き続き、各スケール練習におけるメリット、デメリットを見ていきましょう。

この講座で紹介しているのは以下の4つでしたね。

- 1、縦移動(低音弦⇄高音弦)、ブロック(or ボックス)・ポジション
- 2、縦移動(低音弦⇄高音弦)、3ノート・パー・ストリング・スケール
- 3、横移動、(ローフレット⇄ハイフレット)1本弦上でのスケーリング  
(※ここから派生させて2~3本弦上の範囲で行うことなども可)
- 4、1オクターブの範囲での把握

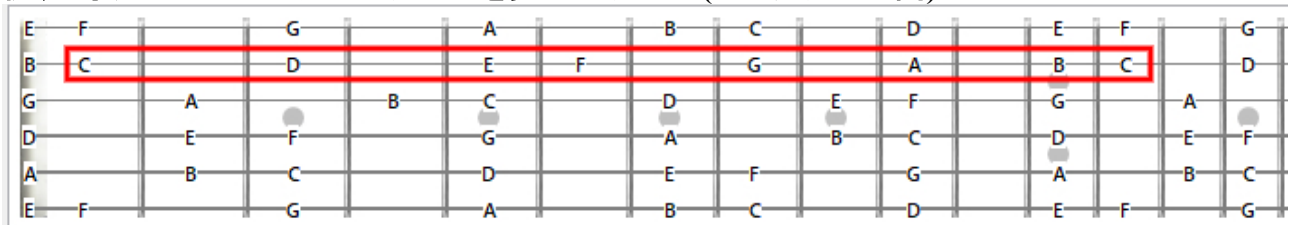
1と2は終わっているなので、今回は3と4を見ていきます。

それではやっていきましょうか。

## ■3、横移動、(ローフレット⇄ハイフレット)1本弦上でのスケーリング

さてこれは、文字通り、1本の弦だけを使って、スケールの構成音を弾いていく練習法です。

### 例、2弦上でCメジャースケールを見たパターン(1オクターブ間)



こういった弾き方をする場合、人差し指などの1本指だけで弾いても良いですし、何かしらのパターンを作って複数の指で弾いてみるのも良いですね。

この練習のメリットは、

- 1、運指やギターのスケール構造(≒指板上での音の配置)に慣れていなくても、指一本あれば弾ける(※把握だけならばテクニックが要らない)
- 2、じっくりと構成音の位置やインターバルを確認できる(※良い意味で演奏スピードを上げにくい)
- 3、(特に最初の内は)弦を一本しか使わないので、運指に使う脳のリソースを減らせる
- 4、指板上を広く横に移動する感覚を鍛えられる
- 5、フレーズ作りやアドリブ練習などをする際、横に大きく移動しないと弾く音を変えられないので、雑にパラパラ弾いてしまうことを防げる
- 6、この横の視点だからこそ出てきやすいフレーズやメロディーがある
- 7、使える音や動作が(良い意味で)制限されている

こんな感じでしょうか。

逆にデメリットは、

- 1、初期段階の把握には良いが、ここから実践的な練習にするには工夫が必要になる
- 2、弾こうとしているスケールの構造を掴みきれしていない内は、特に次の音の場所に迷う
- 3、(主に運指の面から)弾きやすいフレーズと弾きにくいフレーズに極端に分かれる
- 4、今弾いている場所だけを見ていると、一度に(主に視覚的に)把握できる音が少ない(※最初は特に)
- 5、左手を大きく左右に移動させるため、ミスをする可能性が上がる(※慣れるまでは)
- 6、使える音や手の動作が(悪い意味で)制限されている

辺りですね。

非常にシンプルな練習コンセプトなので、ただ(主に慣れや確認、記憶の為に)やるだけならば初心者にも最適でもあり、自分で工夫できるならば、かなり高度なレベルまで発展させられる、「基本中の基本」みたいなトレーニングですね。

(※スケールトレーニングに関して、一番最初にこの練習から入るのを勧めている人も見かけます)

ちなみに、同じコンセプトの練習として、使う弦を増やす(2本～)ことも可能ですね。

ただし、弦を3本使うくらいから、(4フレット間で)1オクターブ弱～くらいの範囲をフォロー出来ますし、4本になると、どの方向に進んでも(ほぼ)完全に1オクターブが収まります。

これだと、次に紹介する1オクターブ間での練習とほぼ同じですし、ブロック・ポジションの様な縦方向に指板を見る練習とそこまで変わらないことになってしまいます。

なので実質、最大2本弦(+α)くらいの範囲で見しておくのがこのコンセプトとしては最適かもしれません。(※実際の演奏の場合は自由に弦を増やして構いません)

と、ということで、結局、この練習は「使える範囲を制限している」と言うところが最大のメリットを生み出していることになりますね。

#### ■4、1オクターブの範囲での把握

さて、今回紹介しているものでは最後の練習法になりますが、『1オクターブ間での把握』についてみてきましょう。

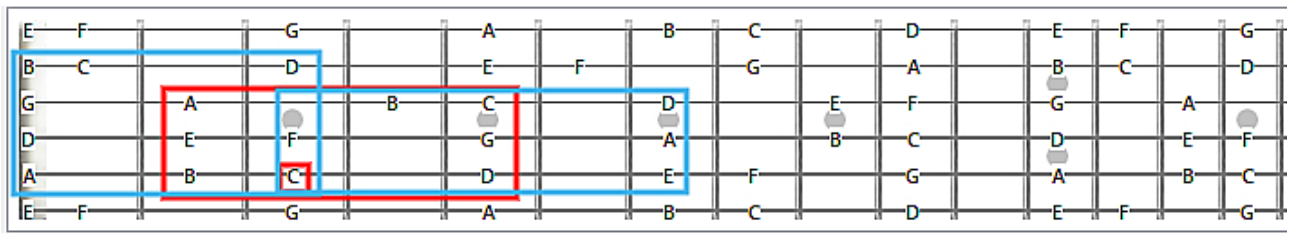
これは個人的に、かなり重要な練習だと思っているのですが、細かく「一つのトレーニング」として紹介されているところを(今のところ)あまり見たことがありません。

具体的な練習法としては、

『トニックを決めたら、その音から1オクターブ間で弾ける指使いや音の配置を全て確認する』

と言うものになります。

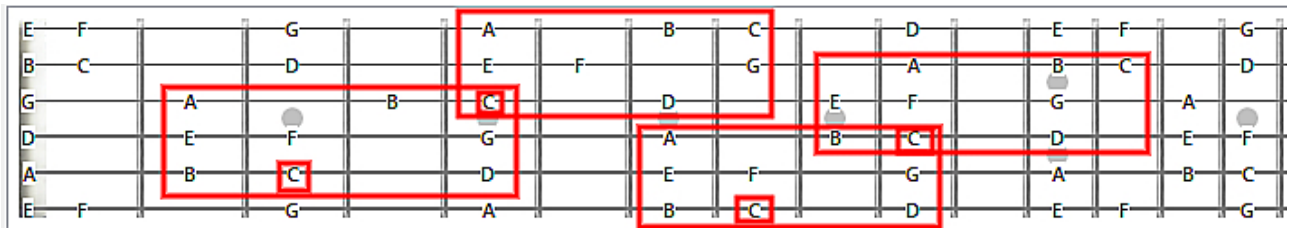
例えば、Cメジャースケールを練習するとしたら、5弦3フレットのC音を基準にする場合、以下の様に「その音から1オクターブ間で弾けるパターン」を全て出します。



ただし、まだスケールポジションや構成を把握しきれていない場合は、一度に複数のパターンをぱっと出すのは難しいので、上記で言うと赤枠のものだけ、などにして少しずつ覚えていきます。

後はもう一つ、一つの形(音の配置パターン)だけを、各弦をトニックにして把握する、と言うものもあります。

例えば上記の赤枠の形で言えば、



この様に、各弦のC音(トニック)から展開できますね。(※チューニングの関係上、2、3弦間で1フレットずれますが、元は同じ形(音の配置)です)

(※この練習法は、別途配布している【ギターと音楽の教科書】などにも載せています)

この練習のメリットは、

- 1、1オクターブ間と言う小さな範囲だけを扱うので、スケールの構造を正確に掴みやすく覚えやすい
- 2、一つ一つを組み合わせると、(1つの)ブロック・ポジションよりも大きな範囲の把握に繋がる
- 3、ブロック・ポジションや3npsの中にこの形が見えてくると、ある1つのポジションと、その隣り合ったポジションとを結合するような感覚が掴める
- 4、音の配置を見る方向によっては3npsの構造とも重ねられる
- 5、各1オクターブ間の小さなブロックを繋げていくと、ブロック・ポジションや3npsの練習よりも、演奏するポジションを横に広げられる

辺りですね。

逆にデメリットは、

- 1、1つの形(場所)だけだと、範囲が狭いので、少しフレーズ(メロディー)を作りにくい
- 2、初期段階から、複数方向にそのスケールの構成音を見るのは少し難しい
- 3、最終的にはブロック・ポジションや3npsの形と連動させなければ、パーツを覚えた感じで終わってしまう(※使い方にもよりますが)
- 4、それぞれの形ごとの指使いを覚えていないと、最初は少し練習しにくい

となります。

とは言え、全ての練習に言えることでもあります。一気に全て覚えようとせずに、一つひとつ段階的に身に付けていくことが大事になってきますね。

これもまた、一番最初の基本として一部を学び、最終的にあらゆるパターンを組み合わせられるようになる、基本から発展までを見据えた練習と言えるかもしれません。

ということで、長らく続いた各練習法の解説は以上になります。

前置きが長くなってしまいましたが、次回から具体的な3npsスケールの練習に入っていきます。

それではまた次回。

ありがとうございました。

大沼