



気軽さ×奥深い×演奏する楽しみ

# 舎人ハーモニカクラブ

活動日時：月2回 第1、3土曜日 午後1時～3時  
入会金：1,000円 月会費：1,000円

## 気軽な楽器 ハーモニカ

楽譜が読めないと楽器を始めるのに悩んでしまうかもしれません。でも、ご安心ください。ハーモニカは楽譜が読めない方でもできる気軽な楽器です。ハーモニカの楽譜は「ドレミ…」の代わりに「1, 2, 3…」の数字で表した「数字譜」を使っています。実際、会員さんの中に楽譜が読めない方は多くいらっしゃいますが、楽譜が読めなくてもちゃんと吹けるそうです。

また、会員さんの多くの方が昔、学校等で吹いた経験があり、懐かしく感じるそうです。年配の方にとって、馴染みのある楽器だと思います。ハーモニカはリコーダーなどと違い、吹くだけでなく、吸っても音が出ます。息で「リード（弁とも呼ぶ）」を振るわせ、音を鳴らします。リードは右の図のようになっており、Aのリードは吹いても鳴らず、吸うと鳴ります。逆にBは吹くと鳴ります。吹き吸いがある楽器ですので、吹くリード、吸うリードが交互に並んでいます。吹くだけの方が簡単そうですが、全部吹く音にすると、隣のリードが鳴らないように間を開けなくてはならず、左右の口の移動が増えます。また、吹くだけだと1フレーズ演奏するだけで苦しくなってしまいます。吹き吸いがあることで、息継ぎにもなり、曲がスムーズに演奏できるのです。

「舎人ハーモニカクラブ」さんは今年で10年目を迎えます。会員は現在11名で、毎週土曜日（第2土曜日は休み）に活動しています。月に1回は先生が来て指導し、それ以外は会員同士アドバイスを合せて、和気あいあいと練習しています。



## 喜んでもらえる楽しみ

「舎人ハーモニカクラブ」さんは毎月1回、グループホームふきのとうに訪問し、演奏をしています。グループホームの皆さんは毎月訪問を楽しみにしており、演奏に合わせて元気に楽しく歌っています。会員さんは演奏に行って、「喜んでもらえることがとてもうれしい」とおっしゃり、練習の励みになっています。活動のとき以外は各自、家で小さな音で吹いたり、公園で練習したりしているそうです。「演奏できる曲が1曲、もう1曲と増えることが楽しい」と嬉しそうに話してくれました。また、ハーモニカは腹式呼吸で演奏するので、メタボになりやすく、健康にも良いそうです。

みなさんもぜひ、「舎人ハーモニカクラブ」さんで演奏する楽しみを感じてみませんか？

