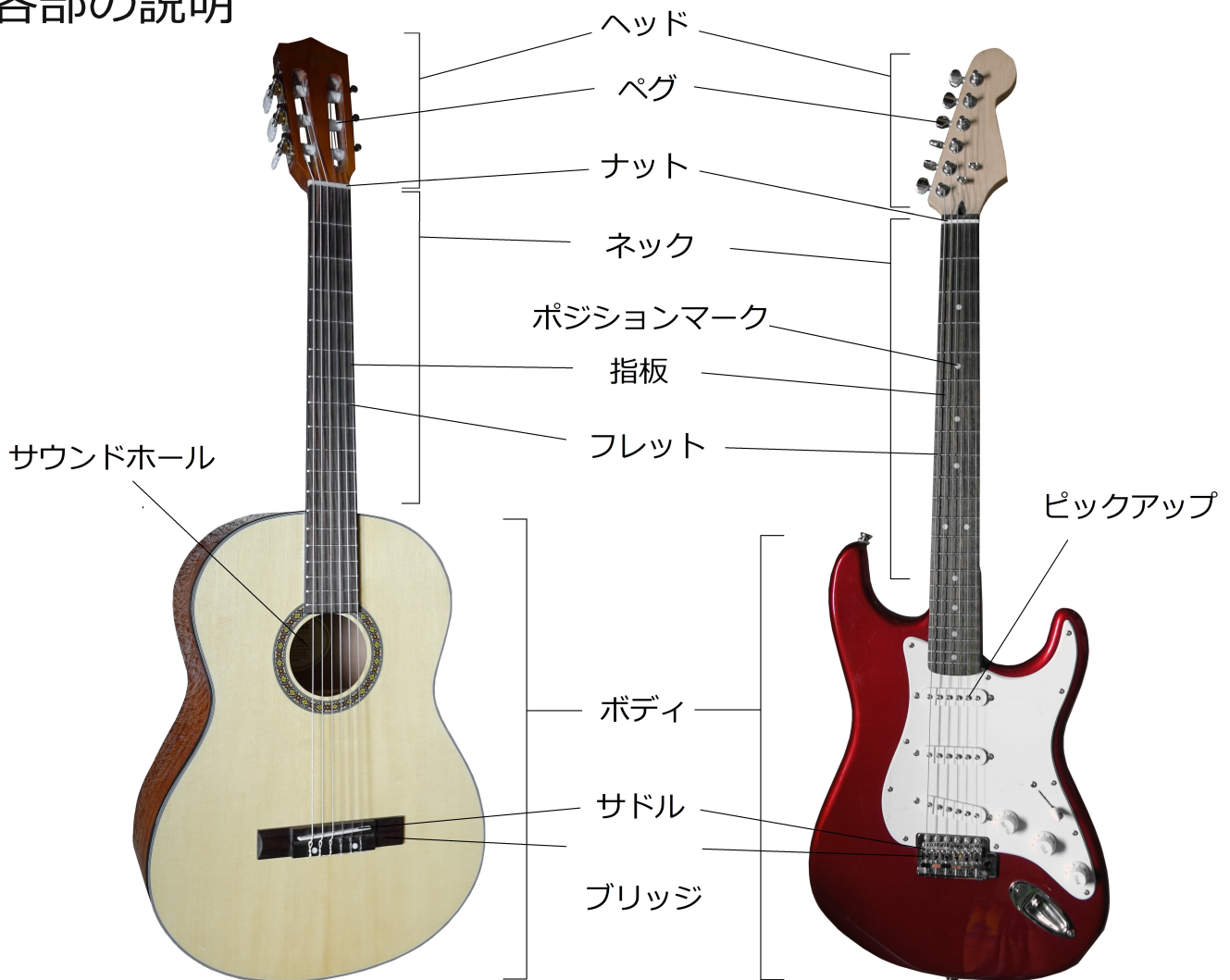


ギター簡易テキスト Vol.1

2019.11 ©Yuta Kajiwara

※ 再配布・販売等は禁止します。

各部の説明



- ・ボディ … ギターの胴体。表を表板（トップ）、裏を裏板（バック）、側面を側板（サイド）と呼ぶ
- ・サウンドホール … ボディ内の響きを外に向かって出すための穴
- ・ブリッジ … 弦の一端をボディに固定し、弦振動をボディに伝える主要な場所。
- ・サドル … ブリッジ上にある弦が乗る部分。弦振動をボディに伝える。
- ・ネック … ギターの首の部分。棹ともいう。
- ・ヘッド … ギターの頭にあたる部分。ここにペグが付く。（一部機種で例外もあり）
- ・ペグ … ギターの弦を巻き付ける箇所。糸巻ともいう。チューニングの役割をする。
- ・ナット … 弦をギターに固定する一方の支点（もう一方はブリッジ）
- ・フレット … ギターの指板に打ち込まれた金属棒。半音ごとにフレットが打たれている。
- ・フィンガーボード … ギターを演奏する際、指を乗せて音階を操作する場所。
- ・ポジションマーク … フレット数を確認しやすいようつけられたマーク。ないこともある。

チューニング

ギターは弾く前に必ずチューニング（調弦）をするようにします。何も抑えていない状態（開放弦という）で各弦が以下の通りになるように合わせます。（このチューニングをレギュラーチューニングといいます）



音を合わせるにはチューナーを使います。（他の方法もありますが、初心者にはチューナーがおすすめです）

クリップ式のものやマイク式のもの、スマホのアプリでもあります。



チューナーの見方

多くのチューナーは上のような画面になっています。

針が真ん中にくればちょうど音が合っています。

音を高くしすぎてしまったときは、いったん低くしてから再度ペグを締めてあわせます。高くなっている状態から低くして合わせると緩みやすくなり、演奏中に音が低くなるのを防ぐためです。

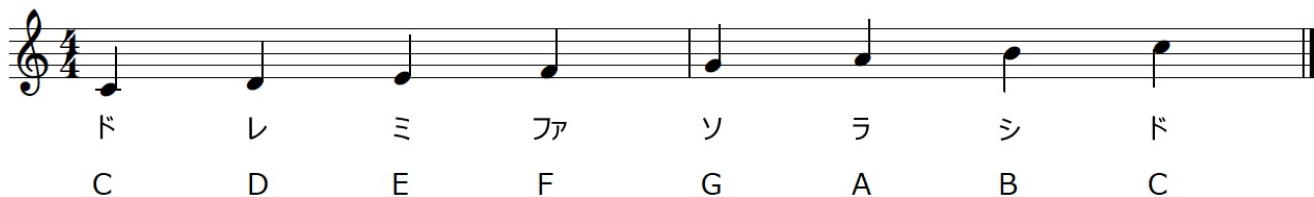
6弦からはじめ、5弦、4弦、・・・と1弦まで同様にチューニングしていきます。

最後まで終われば、再度6弦から弾いてみて合っているかチェックします。

※ 写真チューナーの440Hzはチューニングの基準を表します。現代では440Hzのことが多いですが、442Hzなどで合わせることもあります。

楽譜の見方

● 五線譜



上の楽譜を五線譜と呼びます。楽譜の左端に書かれているのがト音記号といひます。

楽譜下、上段の表記(ドレミ…)はイタリア式の読み方です。下段(CDE…)はアメリカ式の読み方です。日本でポップスやロックを演奏する人は比較的アメリカ式の読み方をする人が多いです。

#(シャープ)は音を半音高くする記号、♭(フラット)は半音低くする記号です。

※ 少し細かい解説 …

現在主流になっている 12 平均律という考え方では、C の音から次の C の音までを 12 分割するので、1 オクターブ(C から次の C までの音の距離)には 12 個の音があります。

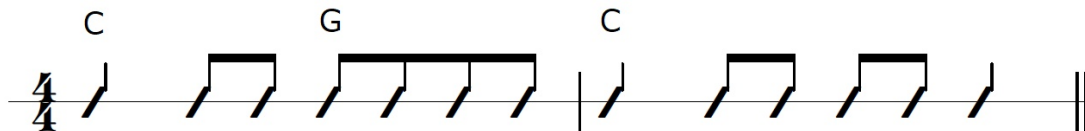
- C, C#(Db), D, D#(Eb), E, F, F#(Gb), G, G#(Ab), A, A#(Bb), B - (C# と Db は音は同じ音になる)

● タブ譜



五線譜の下に書かれているのがタブ譜です。横線は上から 1 弦、2 弦、3 弦…6 弦の順番でギターのリ弦を表しています。数字は、どのフレットを押えるかを示しています。最初の C の音のタブ譜の表記は 5 弦の 3 フレットを押さえるという意味です。0 は開放弦(何も押えない)を意味します。

● 一線譜



リズム伴奏の表記などに用いられる、音程がなくリズムを表現した楽譜です。上部にはコードが記載されています。コードの押え方を現したダイアグラム(図)が記載されていることもあります。

楽譜の見方

● 音符・休符の長さ

符点がつく音符・休符はもとの長さの 1.5 倍を表します。

全音符	○	全休符	—
付点 2 分音符	♪.	付点 2 分休符	—.
2 分音符	♪	2 分休符	—
付点 4 分音符	♪.	付点 4 分休符	♪.
4 分音符	♪	4 分休符	♪
付点 8 分音符	♪.	付点 8 分休符	♪.
8 分音符	♪	8 分休符	♪
16 分音符	♪	16 分休符	♪

弦の弾き方

● ピックで弾く場合

ギターは基本的には弦をはじいて音を出します。その際に、ピックを使う方法と指で直接弾く方法があります。それぞれの方法で音が異なります。ピックを使うのか、指で弾くのかはその人の個性になるので好きな方法で良いと思います。ただし、参考としては、

- ・エレキギターはピックを使う人が多いです。
- ・クラシックギター(ナイロン弦)は指を使って弾く人がほとんどです
- ・アコースティックギター(鉄弦)は、奏法によってピックと指を使い分けます。また、ピックと指を両方組み合わせて使う奏法もあります。



T
A
B 3 0 2 3 0 2 0 1

ドレミファソラシドの音階を弾いてみます。左手(左利きの人の場合は右手)で指板を押さえて、右手(左利きの人左手)に持ったピックで弦を弾きます。ピックは、低音弦側(太い弦の側)から高音弦側(細い弦の側)の方向で動かします。ピックでこの方向に弾くことをダウンピッキングといいます。

実践として、上の楽譜に書いてある音を、5弦から2弦まで順番に弾いていきます。指板を押さえる指が指示通り(円の中に書いてある指で押さえる)なのを確認しながら弾いてみてください。

うまくダウンピッキングができれば、次はアップピッキング(ダウンと反対の方向(高音弦側から低音弦側へ)にピックを動かして弦に当てる)を練習します。アップだけでピッキングをすることは少なく、ダウンのあとにアップでピッキングする「オルタネイトピッキング」という方法で出てくることが多いです。ダウンピッキングしたあとに、ピッキングした手がもとの場所に戻る際に弦に当てるようにします(アップ)。
※ コツは、力を入れ弦にピックをひっかけるようにするのではなく、手をもとの位置にもどす際に弦がその通りに道にあって当たった、というように手首の力を抜いて行うのが良いと思います。

T
A
B 3-3 0-0-2-2-3-3 0-0-2-2 0-0-1-1 1-1-0-0 2-2-0-0 3-3-2-2-0-0 3-3

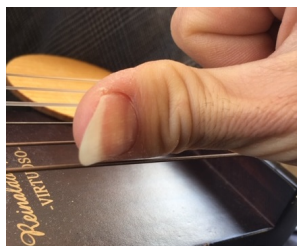
最初の音をダウン、次の音をアップで弾きます。

※ オルタネイトピッキングの練習入門として、練習が簡単になるように同じ音を二回弾くようにしています。実際の曲では、オルタネイトピッキングでも同じ音の連続とは限りません。(弦を移動しながらオルタネイトピッキングをする場合もある)

弦の弾き方

親指で弾く場合は、親指を曲げずに少しそらせた状態で弦に当てます。

● 指で弾く場合



指で弾く場合は、いくつか弾く指の選択肢があります。まず最初に、親指(pと楽譜上で書かれます)だけを使って音階を弾いてみます。親指の動く方向はピックの時と同じように、低音弦側から高音弦側に動かします(ダウン)。指板の運指(指の置き方)は、前のページで指示された内容と同じで行います。

Musical notation for a scale exercise using the thumb. The notation is in 4/4 time and G-clef. The first staff shows a scale starting on the 8th fret. The second staff is a TAB with the following fret numbers: 3, 0, 2, 3, 0, 2, 0, 1.

親指で弾く方法は、4弦～6弦を弾く時によく用いられます。

次に、人差し指(i)と中指(m)を使って弾く方法を練習します。人差し指と中指は、基本的には交互に使います。

Musical notation for a scale exercise using the index and middle fingers. The notation is in 4/4 time and G-clef. The first staff shows a scale starting on the 8th fret. The second staff is a TAB with the following fret numbers: 3-3, 0-0-2-2-3-3, 0-0-2-2, 0-0-1-1, 1-1-0-0, 2-2-0-0, 3-3-2-2-0-0, 3-3. Below the TAB are diagrams showing the fretting hand positions for each measure.

人差し指(i)-中指(m)の順番と、中指(m)-人差し指(i)の順番の両方で練習します。

練習曲 ①

8

TAB 4/4

7

TAB

「きらきら星」のメロディーです。ピックで弾く場合は、① すべてダウンで弾く ② ダウンとアップ交互に弾く (オルタネイト) の 2 通りの方法で弾いてみましょう。

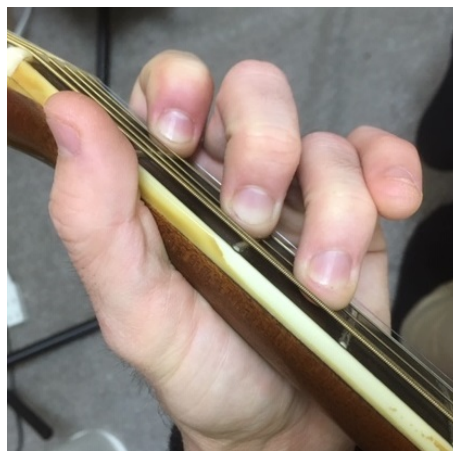
指で弾く場合は、① すべて親指で弾く ② 人差し指 - 中指で交互に弾く ③ 中指 - 人差し指で交互に弾く の 3 通りの方法で弾いてみましょう。

ネックの握り方について

弦を押さえる側の握り方には大きく分けて二つ種類(クラシック式・握り込み式)があります。現在では状況に合わせて二つの握り方を使い分ける方法の人が多いです(完全にクラシックのみ演奏の場合を除く)



クラシック式



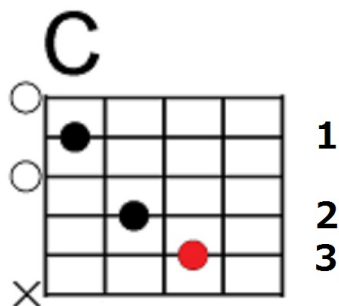
握り込み式

コード

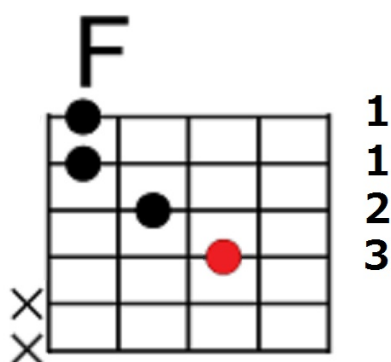
ここまででメロディー(単音)の弾き方を学習しました。続いてコード(和音)の弾き方を覚えます。前ページメロディーにつけられたコード(C・F・G)を弾いてみます。

コードの押え方はダイアグラムという表で確認します。6本の線は上から順に1弦、2弦、3弦、4弦、5弦、6弦を表し、縦に入っている線はフレットを表しています。ちょうどギターの指板を上から見たような形になっています。ダイアグラムの右側の数字は弦を押える指の番号で、1 = 人差し指、2 = 中指、3 = 薬指、4 = 小指です。赤●はそのコードのベースの音をあらわしています。

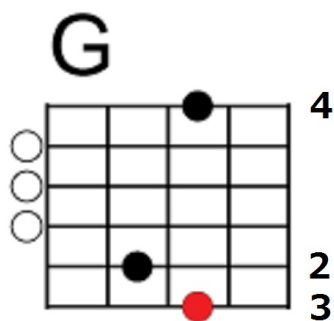
※Fのコードはセーハ(バレー)という少し難しい押え方が出てくるので、ここではまずセーハを使わない簡単な押え方で弾きます。



Cのコードです。2弦1フレットを人差し指、4弦2フレットを中指、5弦3フレットを薬指で押さえます。押えるときに薬指がフレットの近くから離れないように注意します。※次ページ参照



F(簡易版)です。1・2弦1フレットを人差し指、3弦2フレットを中指、4弦3フレットを薬指で押さえます。人差し指の先で2弦を押さえて寝かせ、指の腹~側面で1弦を押さえます ※次ページ参照



Gです。5弦2フレットを中指、6弦3フレットを薬指、1弦3フレットを小指で押さえます。先に中指・薬指を押さえてから、小指を手のひらにひきつけるようにして押さえるとうまくいきます。

コードを押さえるときにはいくつかのポイント・注意点があります。

ポイント:

- ・指を立てて押さえる(指が隣の弦の音を止めないように ※ ミュート時以外)
 - ・フレットの近くを押さえる
 - ・指とギターネックの角度を確認する
- ⇒ 肘から手首(ギターへの手の入り方)の角度に注意する
⇒ 手首をネックの向こう側に出しすぎないようにする



フレット近く
(ただし上に乗らないように)



あまり良くない
手首を向こう側に出し過ぎている例

チェック:

きちんと鳴っていないような気がする時

→ 一本ずつ弦を鳴らしてどこが鳴っていないかを確認する。

- ・隣の弦に触れていないか(触れていると音がきちんと鳴らない)
- ・押さえる箇所がフレットから離れていないか(ビビッときしむような音になる)

※

→ 変な音が鳴る

- ・間違った場所を押さえていないか確認する(押さえている箇所が一本分ずれていることがよくある)
- ・隣り合った弦を余分に押さえていないか確認する(指が寝ていて不必要に隣弦を押さえていないか)
- ・チューニングが違っていないか確認する



人差し指の腹が
1弦に触れて音を
止めてしまっている



指と指板の角度が
良くないため
薬指がフレットか
ら離れてしまっ
ている

注意:

- ・手首が痛くなってきたらやめて、フォームに無理がないか確認する
- ・力を入れすぎない(フレットの近くを適切な力で押弦する。
力を入れればきちんと音が出るわけではない)
- ・最初から全部きちんと鳴らせなくてもあまり気にしない(弦を押さえるのは感覚的な部分が大きく、いつの間にかできるようになっていた、ということもあります。大事なことは少しずつ継続して練習をすることです)

練習曲 ① コード伴奏

The image shows a musical score for a guitar exercise in 4/4 time. It consists of two systems. Each system has three staves: a treble clef staff with a melody, a guitar tablature staff (TAB) with fret numbers and bar lines, and a bass clef staff with a simple accompaniment pattern of eighth notes. The chords for the first system are C, F, C, F, C, G, C, F, C, G. The chords for the second system are C, F, C, G, C, F, C, F, C, G, C.

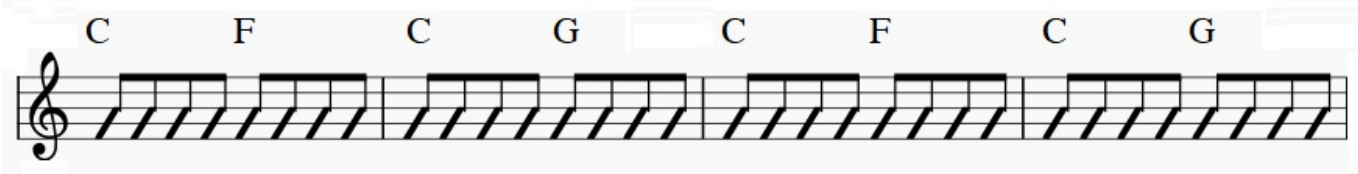
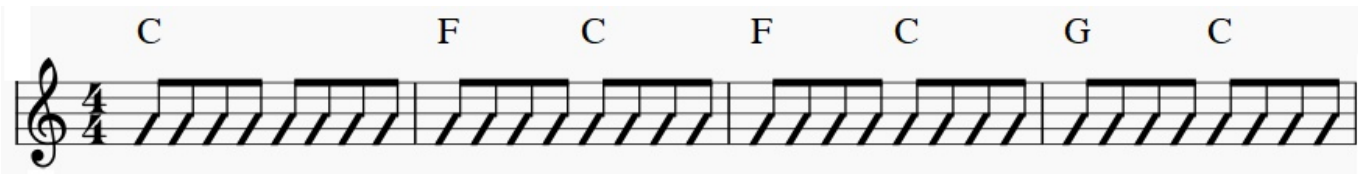
三段目に書いてあるコードで伴奏を弾きます。弦を弾く方の手はすべてダウンストローク(ピックで弾くか、または親指(もしくは人差し指)で弾く)で2拍ずつ弾きます。

This image shows two systems of musical notation for chord accompaniment. Each system has two staves: a treble clef staff with a melody and a bass clef staff with a simple accompaniment pattern of eighth notes. The chords for the first system are C, F, C, F, C, G, C, F, C, G. The chords for the second system are C, F, C, G, C, F, C, F, C, G, C.

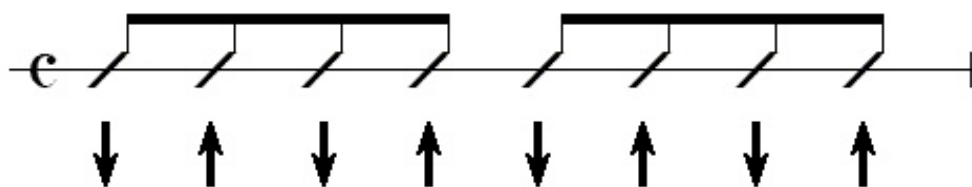
次に弦を弾く方の手のリズムを少し変えてみます。すべてダウンストローク(ピックで弾くか、または親指(もしくは人差し指)で弾く)で1小節あたり4回ずつ弾きます。(4分音符)

これもできるようになったら、次に弦を弾く方の手をダウンストロークとアップストローク交互にして弾きます(オルタネイト)。1小節あたり8回ずつ弾くことになります。(8分音符)

⇒ 次ページ

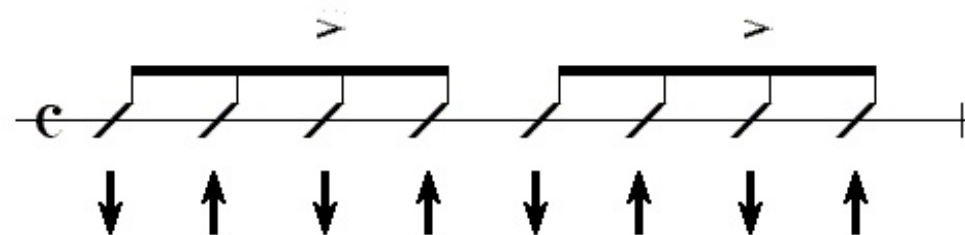


ダウンとアップの順番は以下の通りです。アップの時は弦に引っかからないように、力を入れ過ぎないようにします。



ピックを使わずに指で弾く場合は、人差し指を使ってピックで弾くときと同様の動きをするようにします。(ほかの方法もありますが、ひとまずこれで練習します。)

慣れてきたら次の譜例にあるように、>(アクセント記号)のあるところの音を大きくして弾いてみましょう。音を大きくするのは力を強くするのではなく、弾く手(腕)の動きの幅を大きくします。



弦の弾き方 ② アルペジオ

コードの音を同時にではなく、ばらばらに弾くことをアルペジオといいます。指弾き、ピック弾きのどちらでも弾けますが、アルペジオの場合は指で弾くほうが複雑な演奏が可能です。

指で弾く場合

親指が 4・5・6 弦、人差し指が 3 弦、中指が 2 弦、薬指が 1 弦を担当します。
場合によっては親指が 5・6 弦、人差し指が 4 弦、中指が 3 弦、薬指が 2 弦とすることもあります。
C のコードを押さえた状態で、アルペジオを弾いてみます。
アルペジオの音を鳴らす順番・組み合わせの可能性は無限にあります。
以下はよく使われる組み合わせの一例です。

The image shows musical notation for a fingerpicking arpeggio on a C chord. On the left, a treble clef staff in 4/4 time shows a sequence of eighth notes: G4, A4, B4, G4, F4, E4, D4, C4. Below the staff is a guitar tablature with strings T, A, B from top to bottom. The fret numbers are: T (0, 1, 0, 1), A (0, 0), B (3, 3). On the right, a bass clef staff shows the same sequence of notes: C3, D3, E3, F3, G3, A3, B3, C4. Below the staff are the fingerings: 親 (thumb), 人 (index), 中 (middle), 薬 (ring).

ピックで弾く場合

最初はすべてダウンピッキングで弾いてみます。

それができたら、次にすべてオルタネイトピッキングで弾いてみます。

初歩の練習ではここまでできれば問題ありません。

(弾く弦の順番(方向)に合わせてダウンとアップの連続を組み合わせるエコノミーピッキングという方法もあります)

※ ピックの場合はアルペジオでは一度に 1 本の弦(またはそれに隣接している弦)を弾きます。
弦を一本飛ばして同時に弾くことはできません。(例外的な奏法はあります)

練習曲 ① アルペジオ

C F C F C G C F C G

T
A
B

7 C F C G C C F C F C G C

T
A
B