

唱歌〈小学校共通教材〉における日本語発音法—試案

坪井 眞里子

Method of Singing for Japanese Diction —Lesson Plan

Mariko TSUBOI

要旨

初等教育の音楽において歌唱は「表現」という分野において、重要な位置をなしている。教師は楽曲の気分（低学年）や曲想（中、高学年）を感じ取って歌唱の表現を工夫し、自分の思いや意図をもって歌うことを目標に指導を行う。その場における学年の到達課題に合わせて共通教材を歌うことになる。歌唱の指導において、音の流れ、曲想を感じ、つまり音楽そのものの構成する能力を育成していくこととなる。

歌唱は音楽教育において、児童の主體的、創造的、音楽能力を高める重要な要素である。その歌唱において基本的な能力（呼吸、発声、共鳴、発音）を指導するためのメソッドの一つとして、本稿では日本歌曲の歌い方について一つの案を提示していきたい。昨今の日本語の発音については、鼻濁音の消失や、発音の曖昧さにおいて指摘されている。発音については国語科においても低学年の指導内容の中で「姿勢、口形などに注意して、はっきりとした発音で話すこと」というように、発音・発声について示されている。理想的な自然で無理のない発声の上で、日本語として聞きとることができ、明確な表現方法につながる発声、発音を目指すものである。

本論文における発声法、発音法はこれまで児童教育学科における平成26年度の大学2年生の授業、音楽演習2における授業の中で実施したものである。授業での課題実施例を示し、その上で発音法について提示していく。

1 発声についての指針と認識

指導要領において、発声の認識は大きく変化したように感じる。かつての指導書では「口を大きく開けて歌いましょう」というのが基本であった。しかしこれによって共鳴腔がなくなり、言葉がききとりにくい演奏も指摘の多かったところである。平成10年以降、小学校学習指導要領解説^(註1)では大きく変化した。平成元年告示の学習指導要領では頭声的発声による発声指導が求められていた。しかし頭声的発声を特定の発声法と受け止めて指導することも見られたため、平成10年改訂以降記述方法が変更された。現在は「自然で無理のない発声」という文言に改められている。「豊かな響きのある自然で無理のない声」これは児童一人一人の声の持ち味を生かしながら、曲想にあった歌い方を児童自身が工夫していくということを意味している。個性を生かし、主体的な学習活動を目指しているものであり、その観点から発声指導を見直し

た結果である。

以下、1「自然で無理のない発声について」2「豊かな響きのある声」3「日本語の発音について」項をすすめる。

1-1 自然で無理のない発声について

目標とする発声に近づく為に、自然で無理のない発声について考察してみる。無理のないというのは無論、身体にとってということである。長時間歌ってもコンスタントに声ができる。声帯に負担がかからないということ。また、毎日同じ発声が可能ということもよい発声の条件である。それと反対に、歌った次の日に声がない、また、すぐに声が変わるというのは明らかに無理のある発声であると考えられる。

自然で無理のない発声の難しさは無論であるが、自身にとって自然な状態での発声であるかを自問自答し、それぞれが検証しながら、技術として習得する難しさに直面する。自然で無理のない発声を習得することにより、表現の幅が広がり多様な表現が可能となる。歌唱に求められるよい声と個々にとっての自然で無理がないことが一致しなければならない。

まずは、歌唱に求められる良い声を掲げることも必要である。ここでは小学校の共通教材の歌唱を目標とするが、元来良い声というのは、離れた第三者へ声を使って歌を伝達すること、そのためによく響いて、滑らかに旋律を再現できるということが必要である。

自然で無理のない発声についてチェックポイントを掲げる。

- | |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ① いわゆる、喉（声帯）に負担はかかっているか（力が入る）？ ② 身体に余分な負担がかかっているか（肩や首に力が入っていないか）？ ③ 腹筋でささえられているか？ ④ 呼吸が浅くなっているか？ ⑤ 支えは下腹もしくは足、腰にあるか？ |
|--|

以上のことをそれぞれが、発声、または唱歌を歌う際に毎回チェックすることが望ましい。

1-2 豊かな響きのある声

豊かな響きのある声に関して意図されているところは、共鳴と呼吸に関する事項であろう。それは、まさに昔言われた、〈口を大きく開けて歌うということ〉これの悪影響が今日もなお残っているように思う。多くの学生の認識の中では手を背中で組み、口の前面を大きく開けて歌うことが正しいと思っている例によく出くわす。これらをふまえ、以後、口腔内部の動きや働きについて述べていく。(図1を参照)

口の前面を大きく開けてしまうと、口の中はどうなるであろう。口の中間部、硬口蓋、舌の部分が閉ざされ共鳴腔と呼ばれる部分との通路を閉ざしてしまうことになる。

口腔中間部においては、舌は静かに下あごにそって、下げた状態が望ましい。でなければ舌背が固くなり、力が入って上に上がった状態になる。舌の状態の把握は発声時に確かめる必要があり、常に余分な力が入っていないか確認をすることが必要である。

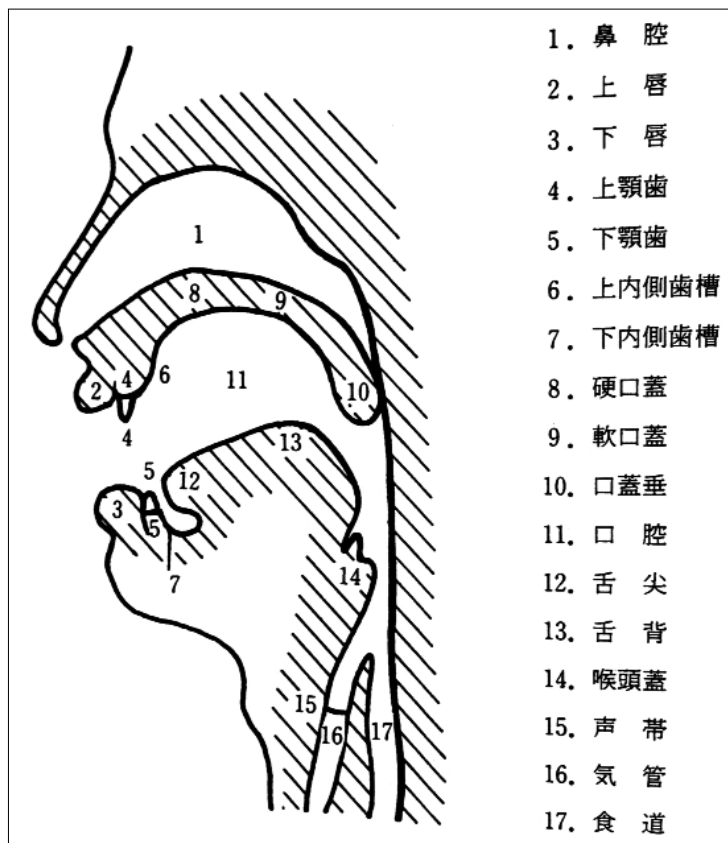
口腔後部においては、軟口蓋、口蓋垂、咽頭、舌根がある。発声の共鳴腔と呼ばれる最も重要な場所である。とりわけ柔軟に動くことが要求され、しかも力ではなく自然な呼吸を伴って

動くことが大切である。

また、鼻腔についても共鳴の重要な空間となる。鼻腔が共鳴腔となることで響きは更に効果的になる。喉が空いた状態において、軟口蓋から鼻腔にかけて一つの共鳴腔として使われ、頭声発声のメインの共鳴腔となる。

必ずしも大きな声を目指すのではなく、リラックスした状態で呼吸を伴って開けて、共鳴させていくことが重要になる。

図1 (註2)



1. 鼻腔
2. 上唇
3. 下唇
4. 上顎歯
5. 下顎歯
6. 上内側歯槽
7. 下内側歯槽
8. 硬口蓋
9. 軟口蓋
10. 口蓋垂
11. 口腔
12. 舌尖
13. 舌背
14. 喉頭蓋
15. 声帯
16. 気管
17. 食道

以上のことをふまえた上で歌唱を行うときにこれらの事が、腹式呼吸を伴って発声させることにより効果的な豊かな響きを生み出す。共鳴腔を認識し、それを自然に使うことができるようになることが理想ではあるが、それが目標となってしまう様に心がけることが大切である。あくまで、自然な呼吸の上に成り立たなければならないのである。

1-3 日本語の発音について

美しい日本語の発音についての認識はこれまでどのように考えられてきたのか、音声言語学、音声生理学などの研究者で医学博士の米山文明氏の著書「美しい声で日本語を話す」^(註3)にも述べられているが、日本における発声教育は1875年(明治8)文部省官吏の伊沢修二が持ち帰っ

た二冊の教科書が元になる。詳細に関して今回は省略するが、その中で〈発声〉にかかわる記述がほとんど全て、原本では存在するにもかかわらず、訳本では削除されている。「美しい声で日本語を話す」には日本語などの発音、発声に関して工夫方式を探求しないまま100年以上経過したと記されている。日本人だから、当然きれいに発音できるというのは、口語には可能であるかもしれないが、舞台語発音、歌唱の中での発音では必ずしもそうではないのである。

そして、「日本語の発声は外国人の方が美しい」^(註4) という記述がある。なぜ、外国人の方が日本語の発音が美しいのか？単純に考えれば、外国人は日本語の発音を「子音+母音」として語音を基本的にきちんと発音しているからであろう。

ここで言葉の作られ方について考えてみる。言葉づくりの基礎は、喉頭で声帯を振動させてつくった音源にある。その音源が共鳴の形に応じて音色に変えられ、言葉がつくられるのである。母音の必須条件は2つあり、一つは声帯振動によってつくられること。もう一つは喉頭、咽頭、口腔の形や開き方の違いによってできる音色の差があることである。子音の条件は音源がほとんど声帯の振動をとまわらないことにある。子音の音源は喉頭ではなく、舌、歯、軟口蓋など声道の途中にあるため、途中で遮断されたり、止められたりし、音源の反共振現象や、吸収現象をおこしたりし、シャーとかスーとか雑音に近い音色になる。

① 上下の唇を中心に作る音 (ハ行、バ行、パ行、マ行)

上下の唇を使って無声音、破裂音をつくる。ハ行について、hは無声音であるが、母音の口の形のまま息を吐き出しながら、頭にhをつけた音である。マ行は上下の唇を息でこじ開けるようにする摩擦音である。パ行バ行も唇を閉じたままで息を破裂するように吹き出す時に作られる音である。

② 上顎歯の後ろに舌をおいて作る音 (サ行、ザ行、タ行、ダ行、ナ行、ラ行)

舌と歯、舌と歯茎との接触に仕方で作られる子音である。サ行は硬口蓋と舌の間を息が抜けていくときに作られる音である。ザ行音は、摩擦する前に一度歯の先を上顎歯につけ離す瞬間にできる摩擦音。タ行ダ行音は舌の先を上歯の後ろにおき歯の後ろをたたきながら破裂させるように息を抜く音。ナ行について舌の位置はタ行と同じであるが舌の先でたたきように破裂させる瞬間にうまく鼻にぬくことである。ラ行は上顎歯の位置に舌の先をつけて硬口蓋に少し沿うように置き、上の歯茎を打ちに舌の先をはじくように上の歯茎を打つ。

③ 舌根と軟口蓋でつくる音 (カ行、ガ行)

カ行音のkは舌根部と軟口蓋で作る音である。舌根をあげて軟口蓋を接着させ次に離れる瞬間に作る音。ガ行音は声帯振動音を加えた有声音で、舌根と軟口蓋の接着部分がカ行音より少し奥に感じられる。

④ 鼻濁音の考え方

日本語での歌唱の場合、日本古来の発音を用いることが必要とされる。昨今、鼻濁音の消滅が危惧される世の中になっているのも事実である。それを授業において再認識することになる。消滅の危機に陥った原因はまさに、発音に関して鼻濁音の教育がなされてこなかったことが原因であると思われる。基本的にガ、ゲ、ギ、ゴ、グの音には2つの音がある。発音記号で書けば、ng [ŋ]「んぐ」発音するように上顎歯の後ろに舌の先をつけて一瞬ハミングをするように鼻腔に呼気をぬく。「考える」と発音した場合に「かんがえる」「んが」の部分において英語または、ドイツ語における[ŋ]の発音が入る。これが鼻濁音である。

例えば「ながい」という言葉の場合、naの発音からすでに鼻腔にぬける音声が発せられそれに続き「なが」[nanai] というように発音されるべきであろう。

- ⑤ 日本語の母音には「ア、エ、イ、オ、ウ」の5つである。他の言語では混合母音、複合母音、鼻母音など多様である。母音の数が少なく、厳密に区別されていて中間母音、複合母音がないという点は芸術的表現の場合は、響きとしてうまく使えない、音色として適していないなどの不都合が生じる場合も考えられる。

以上のような日本語の特徴、特性を考慮し、唱歌を歌う上において有効に生かしていく考え方、方法論を考察する。次に示すのは実際に授業で行った実施例である。

2 授業での実施例

2-1 授業における実践例

発声の指導法において、授業の内容を以下のような授業計画に基づき行った。

大学2年生、児童教育学専攻51名に実施した授業例である。

一コマ90分の授業の中で、声楽のクラス授業とグループレッスンの2つに分かれ、各々45分の授業で行う。声楽に関してはグループレッスンの中で個々に行うものもあるが、45分のクラス授業で25人、26人に分かれて実施した。

表1に示した授業計画に基づきそれぞれの共通教材における歌唱方法を考えていく。

表1

	課題	留意点
第1回	発声・腹式呼吸復習	1年次からの発声についての復習を含め再確認。再度腹式呼吸について説明
第2回	腹式呼吸 階名唱「ふるさと」	音程に気を付けて歌う。上、下パートについて練習する
第3回	腹式呼吸 共鳴、階名唱「ふるさと」	前回は引き続き、階名唱を確認 「ふるさと」二重唱（お互いの音の確認。アンサンブルの重要性）
第4回	二重唱の発表「ふるさと」（音程、発声、曲想）	発表することにより、各自の問題点、課題を再確認する。
第5回	独唱 階名唱「こいのぼり」	独唱（アカベラ）。音程とリズムを正確に。躍動感のある歌唱の工夫。
第6回	独唱の発表「こいのぼり」	それぞれの到達課題を考え、提示する。達成度について自己評価する。
第7回	二重唱・階名唱「もみじ」	それぞれのパートを正確に歌う。曲想について学生の工夫を促す。

第8回	二重唱の発表「もみじ」	二重唱を音程、曲想に留意しながら歌う。お互いの音をよく聴くこと。
第9回	二重唱 階名唱「冬げしき」	階名唱の確認、曲想の工夫。
第10回	二重唱の発表「冬げしき」	工夫した点なども確認する。発声、音程、曲想などのチェック
第11回	独唱、階名唱「スキーの歌」	躍動感のあるリズム、上行形の音程を効果的に歌う。
第12回	独唱の発表「スキーの歌」	それぞれの課題についての再確認。
第13回	これまでの復習 「ふるさと」「こいのぼり」「もみじ」「冬げしき」「スキーの歌」または他の共通教材でも可。	アンサンブルしたい曲を探し、各々の組で練習する。 発表しあうことで意識を高める。 曲想についての工夫。 音程のハーモニーの確認。
第14回	合唱演習	指揮者、伴奏等決め、合唱演習を行う。 総合的に音楽づくりに取り組む。
第15回	合唱演習、発表	それぞれの曲において、指導の留意点到達目標を表記したものを用意し、発表する。

表1の実施例から第2回、3回で行う小学校6年生の教材「ふるさと」（高野辰之 作詞、岡野貞一 作曲）楽譜1について日本語の発音法についての指導試案を考察する。

授業の前半で発声に関する準備（腹式呼吸、発声練習）を行う。実施の基本には「自然で無理のない発声」「豊かな響きのある声」について提示し、これを各々が発声の到達目標に挙げる、それぞれの声に対するイメージなどをしっかり認識する。本稿ではこの部分の記述を省略する。毎回の授業において、身体を楽器として使うための体操（緊張と弛緩の動き）をし、呼吸練習をした上で発声を行う繰り返し行うことは重要である。

また、授業の最後に表2について、各々が授業の自己評価を行う。この自己評価表は教師が授業の最後に回収し、学生の問題意識や感じ方のあらましを把握する。

自己評価表について

発声（主に声を出すことについて）、音程（重唱の場合はアンサンブルとしてのハーモニー）発音、曲想（言葉や旋律を生かした演奏）息継ぎ（楽譜通りにプレスすることができたか、またはできない場合支障のない場所でのプレスが行われたか）それぞれ五段階評価で記入する。目標、感想、次回への課題については自由記述とする。

2-2 「ふるさと」の発音指導

「ふるさと」は『尋常小学唱歌』第6学年用「故郷」として大正3年に新作掲載された。作詞、

表2

児童教育学専攻	1年 A B		No.	氏名	
発声	音程	発音	曲想	息づき	日替・感想・次回への課題など
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
テスト 曲名 ()					
自己評価 ()					

楽譜 1

ふるさと
(二部合唱)

文 岡野貞一
曲 高野辰之
作 岡野貞一
詞 岡野貞一

ふるさと
ふるさと
ふるさと
ふるさと
ふるさと
ふるさと
ふるさと
ふるさと
ふるさと
ふるさと
ふるさと
ふるさと
ふるさと
ふるさと
ふるさと

作曲は高野辰之、岡野貞一コンビで唱歌の代表的な曲である。歌詞は六四調で3拍子の曲にぴったり合うようにできている。曲の流れはごく自然な大きな流れがあり、楽譜1の譜例からもわかるように、始めの4小節で緩やかなクレッシェンドで上行形でのぼり、5小節、6小節と同じポジションで維持し、7小節、8小節下行形となる。9小節から12小節にかけてメリスマを繰り返しながらわずかに上行し、14小節で高音を3つ保つことで、そこを頂点とする。そこから木の葉が落ちるように主音に落ち着く。アルシスとテーシスという律動^(註5)から考えても理にかなった美しい曲のつくりとなっている。

そのため、発音についても無理なくアクセントの位置など置かれている。

以下、授業で用いた「ふるさと」の発音についての実施例をあげる。実際の授業では子音のディクション（舞台語発音）について説明していく。ここで用いるのはドイツ語におけるディクションを主に応用することとする。

母音について、日本語では「ア、イ、ウ、エ、オ」であるが、音声学的にいうと発音順は「イ、エ、ア、オ、ウ」となるべきである。母音の分類法に万国共通のルールとして「母音の三角形」という形式があり、最も明るい音は「イ」で最も暗い音は「ウ」となる。中間にある「ア」は口腔、咽頭ともに最も開いた音となる。母音のこの性質は口腔の開け方と咽頭の開け方両方の作用によって形と広さによって決まる。授業の中では「ア」の音に重点をおく。これは口腔、咽頭ともに最も開いた音であるからである。「ア」の音を中心に前の響きの音「エ」「イ」と繋げる。また「オ」「ウ」と後方で感じる音とつなぐ。

よって「ア、エ、イ、オ、ウ」という方法をとった。

これはまず、口腔の広さ（開け方）を確保した上で音をつなぐためである。

母音の三角形についてのイメージとして日本語とドイツ語の2つの場合を図2と図3とする。

図2 母音の三角形 (註6)

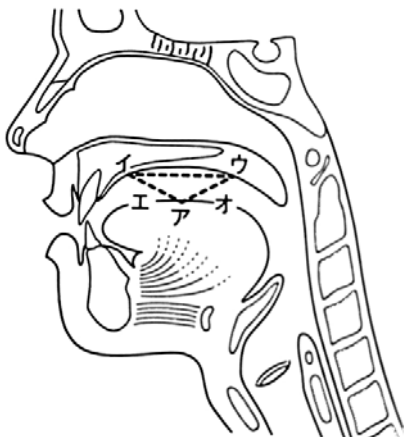
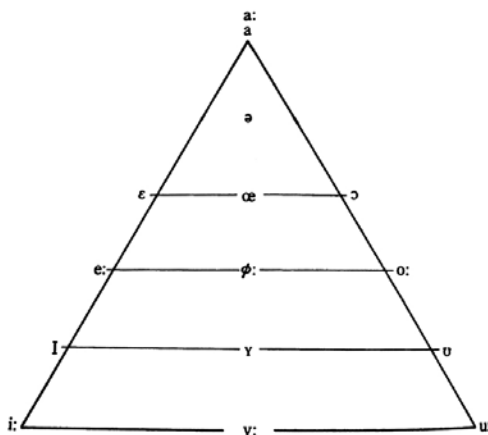


図3 ドイツ語母音の三角形 (註7)



以下は使用したプリントの説明

- 1 □はアクセントの位置。
- 2 gha ンガ ghi ンギ ghu ング ghe ンゲ と発音する。舌根をあげて軟口蓋を接着させ、次に離れる瞬間に作る音。鼻濁音を用いる為「ガ」に入る前に鼻腔に通すつもりで「ンガ」「nŋ」と発音する。声帯振動音を加えた有声音、舌根と軟口蓋の接着部分がカ行音より少し奥に感じる。
- 3 歌唱の中で気を付ける音はタ行、カ行、ハ行、サ行である。それぞれの子音をより強く発音することで、発音が聴き取りやすい効果ができる。
 タ行 舌の先を上歯の後ろにおき歯の後ろをたたきながら破裂させるように息を抜く。
 カ行 舌根をあげて軟口蓋を接着させ次に離れる瞬間に作る音
 ハ行 無声音であるが、母音の口の形のまま息を吐き出しながら、頭にhをつける。
 「フ」に関しては「F」と考えて、「ふるさと」「Furusato」と発音すること。
 サ行 硬口蓋と舌の間を息が抜けていくときに作られる音。声音の「s」を「sss」つけるくらい発音することではっきり聞こえる。
- 4 「ゆ」に関して「いう」「いゆ」と発音すべきであるというやり方もあるが、やりすぎると響きを損なうことになるので、響きを保つよう留意する。
- 5 「ん」ハミングで「n」をいうのと同じ要領であるが、その状態で口を開けて「ん」を響かせて発音する場合もあるので注意すること。「かえらん」の「ん」は唇を開けたままで発音する。

ふるさと

1

うさぎ追いし、かのやま

Usaghi Oishi, Kano Yama

小ぶなつりし、かの川

Kobuna tsuri-shi, Kano Kawa

ゆめは今も、めぐりて

Yume ha Imamo Megurite

忘れがたき ふるさと

Wasure-gataki Furusato

2

いかにいます 父母

Ikani Imasu Chichi Haha

つつがなしや 友がき

Tsutsuga nashiya Tomogaki

雨に風に つけても

Ame ni Kaze ni Tsuke temo

思いいずる ふるさと

Omoi-izuru Furusato

3

こころざしを 果たして

Kokoro-zashiwo Hatashite

いつの日にか 帰らん

Itsuno Hi-nika Kaeran

山は青き ふるさと

Yama-ha Aoki Furusato

水は清き ふるさと

Mizu-ha Kiyoki Furusato

以上の試案にそって「ふるさと」の指導をおこなった。それぞれに色鉛筆またはマーカーでローマ字表記に色をつけることで、発音の留意点をわかりやすくするよう指導を行った。

先に示した、自己評価表（表2）を用いて、各々の問題点を確かめながら行った。

2-3 授業での到達度

自己評価表からの考察—

授業を受けた大学2年生、児童教育学専攻51名の自己評価表をもとに、効果、到達度を考察する。（一コマ90分の授業。前半、後半に分かれ各々45分の授業）

発音について、授業を通して日頃話している口語とデクシオン（舞台語発音）との違いを認識する為の指導の難しさを痛感した。歌唱の前に行う詩の朗読に関して、ただ読むだけでは

なく発語に関して認識を深め、実践することを目的としたが、始めは強すぎたりすることで歌の流れが滞ることもみられた。

授業評価表に書かれていたこととして、質問が初回の授業で鼻濁音に関して80%の学生からあった。簡単に言えば「どうやったらいいかわからない」という安易な質問がほとんどであった。その疑問に関してハミングを使って共鳴腔を探りながら「ŋ」の発音記号が感じられる場所の探って第9回「冬げしき」ではほとんどが鼻濁音を使う場所（撥音の場所）の認識はできるようになった。実際歌唱の場面でそれが確実に歌唱できる割合は、約50%、(51人中25人)であった。またタ行、カ行、サ行に関して約60%の学生が意識化できたと感想を述べた。

また腹式呼吸に関しては必ず行う体操と呼吸練習について「なぜ、毎回行うのか？」と問いかける意見が、第10回の授業において20%見られた。しかしそれとは別に毎回行うことで身に付いてきたという表記も、第15回では70%あった。腹式呼吸に関してはまさに繰り返し行うことが重要で、その上で歌唱とうまく結び付けるために呼吸練習、発声へと進む。発声練習に関しての認識が繰り返し行うことで身に付くと理解された結果である。

無論、自然で無理のない発声の上に成り立つということが目標であるが、それは長きにわたる個々の目標であり、歌唱の上での発音の意識を変えていくことという点に関しては概ね効果があったと考える。(アンケートではない為、それぞれの内容から把握した結果である)

3 まとめ 今後の課題

教育実習などで指導力を問われる場面がある。単に児童に事項の説明をするだけの時であっても、その場面で声の使い方、発語の仕方によって、児童に主旨が伝わりにくい場面に実習訪問などでもよく出会った。また実習後、声が出なくなったり、かすれたりして帰ってくる学生はめずらしくない。そういった場合少しでも喉の負担を軽くして言葉を鮮明にする方が、大きな声を出すという考え方よりも負担を少なく効果をあげる方法であると思う。効率よく声を発声する、わかりやすく話すという発想である。例えば歌唱の場面において、日本語をきれいにわかり易く発音するという事は、全ての音について重きを置いて考えるべきではなく、音楽の流れを止めずに負担を最小限にし、わかり易く発音することによって、全体の言葉や詩が浮き出してくる。これは実際行って効果のあることであり、それを身に付けるきっかけとして自然な発声やディクシオン（舞台語発音法）が応用できればと考えている。もちろん音楽の歌唱指導の為であるが応用範囲は広いと思われる。

また言葉のそれぞれの感覚の違いを加味し、言葉の多様性、方法論を考察する余地がある。旋律の上でいかに息の流れを感じていくか、その上に響きをのせること、それがまさに音楽の流れとなるからである。

本稿での試案はまだこれから、より具体的に実施例を増やし、実際に学生に詳細なアンケートをとることで、その効果についてもよりわかり易く示すことが可能である。今後の課題として授業の中で展開していく。日本歌曲においても同様の分析を進めることを課題とし、授業においても楽譜から読み取る力をさらに深めること、多面的に理解する重要な指針となることを確信する。日本人が母国の言葉で、自然に日本語の歌曲を歌うということ、簡単なようで、実は大変難しい実践課題に今後ととりくみたい。

註

- (1) 文部省 平成11年、1999『小学校学習指導要領解説 音楽編』P60
- (2) 高折 續著 歌唱のための『ドイツ語発音法』2013 音楽の友社 P12
- (3) 米山 文明著『美しい声で日本語を話す』2007 平凡社 P61
- (4) 前掲書、P58
- (5) 水嶋 良雄著『グレゴリオ聖歌』(1966) 音楽の友社 P109
- (6) 米山前掲書、P65
- (7) 高折 續著 歌唱のための『ドイツ語発音法』2013 音楽の友社 P16

参考文献

- 米山 文明著『美しい声で日本語を話す』2007 平凡社
高折 續著 歌唱のための『ドイツ語発音法』2013 音楽の友社
初等科音楽教育研究会編『初等科音楽教育法改訂版』2013年 音楽の友社
監修 畑中 良輔、選曲構成 塚田 佳男、解説 黒沢 久美雄、『日本名歌曲百選 詩の分析と解釈Ⅰ、Ⅱ』2014年 音楽の友社
水嶋 良雄著『グレゴリオ聖歌』(1966) 音楽の友社
米山 文明著『声の呼吸法』美しい響きをつくる 2011年 平凡社
萩野 仁志、後野 仁彦著『発声メカニズム』2012年 音楽の友社
バーバラ・コナブル著 小野 ひとみ訳
『音楽家ならだれでも知っておきたい「呼吸」のこと』2012年 誠信書房

