

# Freude

vol. 15.23 2022.8.24 WED

8/17時点、千4、ト7030

席種	S	A	B	計
数	698	76	40	814
申込計	295	16	28	339
残	403	60	12	476

## 「自分で自分をチェックする」練習してますか？

練習も終盤、みんな、正しく「ハイドン&モーツァルト」漬けの毎日を送ってますか？

お仕事やおうちのことなど、いろいろ忙しいと思いますが、ホントに正しく焦ってくださいね～。

「毎日、自習してるんだけど！」なのに、いまだに音が行方不明になるアナタ、「自習」のやり方がイマイチなのかも。

練習CDをずっと聴いてる、とか、練習CDを聴きながら口ずさんでる、というのは（いまだ音が取れてない、という状態の方は）正直なところ、あまり効果的とは言えないですよ。

なぜなら、それでは「自分でできてないところをチェックする」練習にはなりにくいからです。

「家でやってるときは歌えてるんだけど、会場に来ると歌えない」というのは、実は「家でやってる時も歌えてない」のですよ～。CDと一緒にくちずさんで、出来ている気になってるだけ！

今は、既に譜読みもとっくに終わって、各自が自分のテーマを持って練習する時期です。

音が取れてるけど声について注意されている人は呼吸や声の出し方に気持ちを向ける、

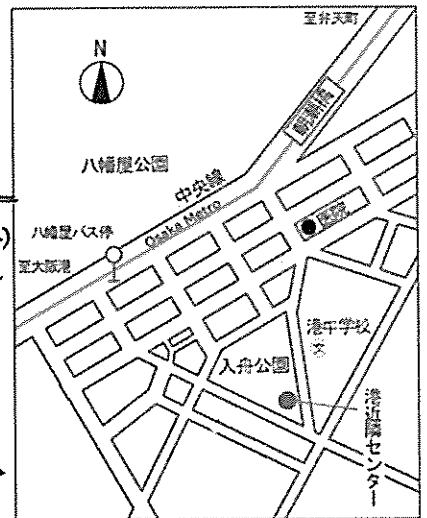
音が取れていないわけではないけど「低い」など微妙な音程で注意されてる人は音のイメージを低めに取ってしまったのかも、ちゃんとピアノを聴いて正しい音をイメージする癖をつける。

音が取れてない人は、まず自分が「どこが取れていないかチェックする」「その部分を繰り返し練習する」「会場で合わせた時に確かめる」。この「どこが取れていないかチェックする」はCDを聴くだけ、とか聴きながら口ずさむ、では絶対に発見できません。CDを聴いて、止めて、その部分をCDナシで歌ってみて、再度CDを聴いて確認。などなど。もちろん、人それぞれ、いろんな方法があるとは思いますが、まずは、自分に厳しく自分をチェックしてください。そして「できていない」ところを自分で繰り返し練習してきて、その練習の成果を会場で確かめよう！

そして、だんだん「指揮を見っぱなし」にできるように！

楽譜かじりつきもやめていこう。

9月3日は港近隣センターで合わせて練習です。この日から、ステージシート案も出します。ぜひ「楽譜から顔を上げて歌う」を自分で試してみてください。それを一つの目標として、集中していこう。自分で自分のお尻に火をつけてくださいよっ！



8/31(水) 18:30~ 川口教会 ↑ 合戦2 練習

9/3(土) 13:15~ 港近隣 (朝潮橋) 合戦1 並びます!!

9/4(日) 13:15~ 天王寺駅 (かかし) →

9/7(水) 18:30~ 川口教会

# ステージ衣装びり〜コレにステージ用マスク

ステージ衣装 → 男声 - 黒スーツ・白ワイシャツ・黒蝶ネクタイ・黒靴・黒靴下  
 → 女声 - 白・長とびブラウス・黒ロングスカート・黒靴・黒靴下



お客様に、音楽に集中していただくために、一人一人が気を付けて下さい。  
 細かいところまで、うせよ、あせよ、ということはありません。  
 ただ、お客様が音楽以外のことで、気が散らないように、準備しておきましょう。  
 例では、光り物かあひと、光にライトかあひと、光の反射がお客様にとってもおもしろいし、  
 ハプスタイルも自由でいい。とても楽しいステージなので、あまりひろがるようなのは、障がいにも迷惑。  
 私たちの演奏をじっくり楽しんでいただくために、こたあか下さいね。

- 黒蝶ネクタイ\*
- 白ワイシャツ
- 黒スーツ
- \*時計ははがす  
時計はライトに  
反射がよく光ります。  
反射光がお客様に直撃し  
クレームになりかねない...
- 黒靴下
- \*生るとめた靴下で、  
黒以外ではカッコ悪い
- 黒靴

- \*イヤリング  
ネックレス  
光るものは  
はがす
- \*髪飾り → 光るもの、色もあはダメ。  
つけるなら黒や茶の地味なもの
- \*髪型は特に決まりはありませんが  
ひろがる境目の牙磨に注意。  
当日、アポイントして、後ろの人か  
見てもらってほしい...とかも、あはダメ
- \*前髪が顔にかかりやすくて、暗く  
なりやすい。落ろてきやめ、い、エエ!!
- 白・長とびブラウス
- ・白ならデザイン、生地何でも可。  
・Tシャツ、ビーズ、スパンコールなどは  
光り物か、つけないでほしい!!
- 黒・ロングスカート
- ・くるぶしまで隠れること。  
・生地は何でもOK。  
・Tシャツ、あまりひろがらぬものに。  
・光るパツルのハルはダメ。
- 黒靴・黒靴下

お客様は入場あるところから注目します。  
 ココもウシロも気を付けてチェックしてください。

\*中学生、高校生は、学校の制服でも可です。☑️長に相談して下さい。

ステージ用マスクです!  
 2020年、2022年ステージで使用した  
 ものがあれば、このまま使用OK  
 (神戸フーズとも共通です)  
 1300円前後の予定!!

