

# ピアノを始めたばかりの方 にも簡単に弾ける曲& 指の練習



スカラー

## ■ はじめに

このレポートの利用に際しては、以下の条件を遵守してください。

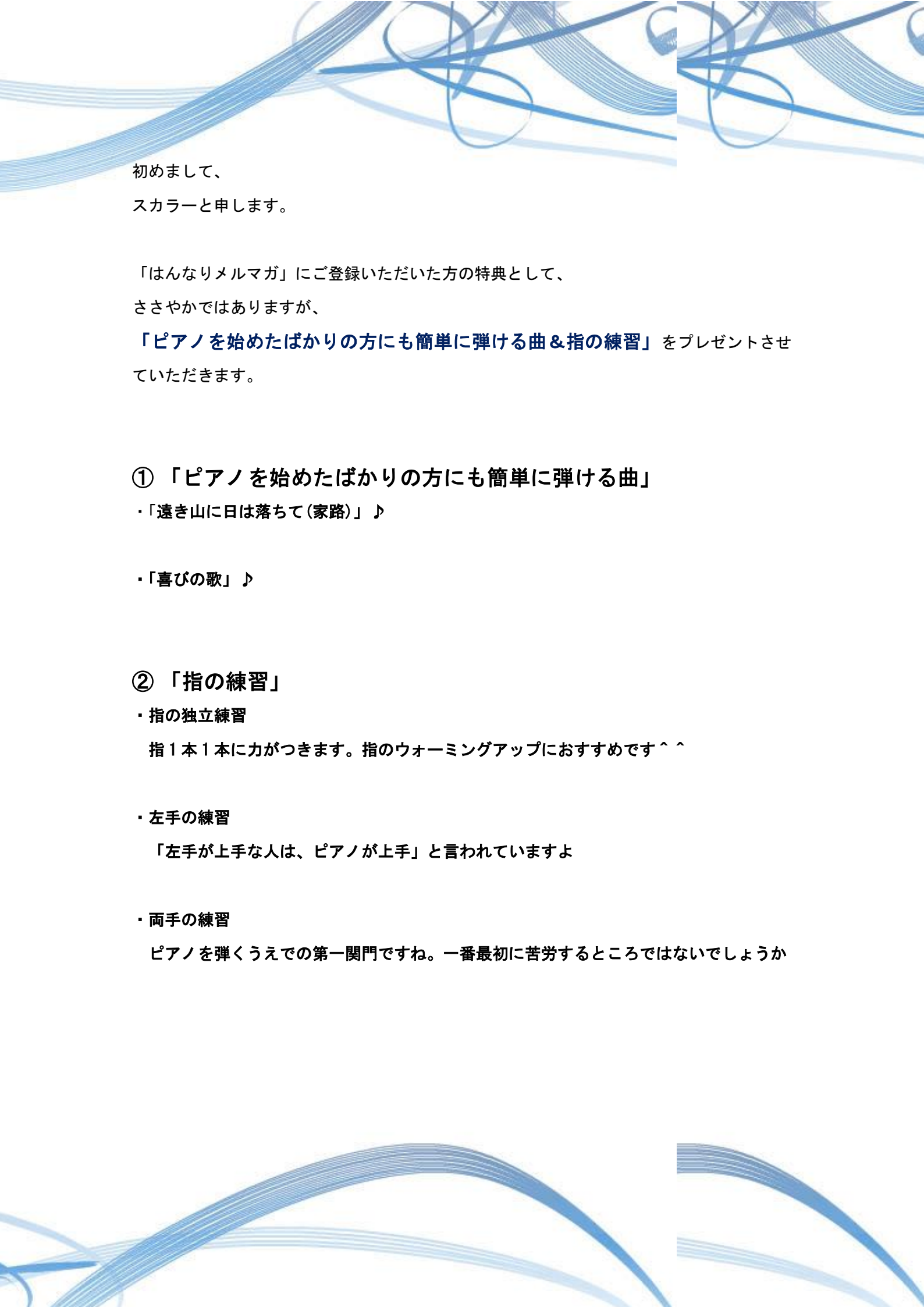
このレポートに含まれる一切の内容に関する著作権は、レポート作成者に帰属し、日本の著作権法や国際条約などで保護されています。

著作権法上、認められた場合を除き、著作権者の許可なく、このレポートの全部又は一部を、複製、転載、販売、その他の二次利用行為を行うことを禁じます。

これに違反する行為を行った場合には、関係法令に基づき、民事、刑事を問わず法的責任を負うことがあります。

レポート作成者は、このレポートの内容の正確性、安全性、有用性等について、一切の保証を与えるものではありません。また、このレポートに含まれる情報及び内容の利用によって、直接・間接的に生じた損害について一切の責任を負わないものとします。

このレポートの使用に当たっては、以上にご同意いただいた上、ご自身の責任のもとご活用いただきますようお願いいたします。



初めまして、  
スカラーと申します。

「はんなりメルマガ」にご登録いただいた方の特典として、  
ささやかではありますが、  
「ピアノを始めたばかりの方にも簡単に弾ける曲&指の練習」をプレゼントさせていただきます。

## ① 「ピアノを始めたばかりの方にも簡単に弾ける曲」

・「遠き山に日は落ちて(家路)」♪

・「喜びの歌」♪

## ② 「指の練習」

・指の独立練習

指1本1本に力がつきます。指のウォーミングアップにおすすめです^^

・左手の練習

「左手が上手な人は、ピアノが上手」と言われていますよ

・両手の練習

ピアノを弾くうえでの第一関門ですね。一番最初に苦勞するところではないでしょうか

## ① 「ピアノを始めたばかりの方にも簡単に弾ける曲」

初心者の方に根強い人気で、かつ弾きやすいものを選びました。

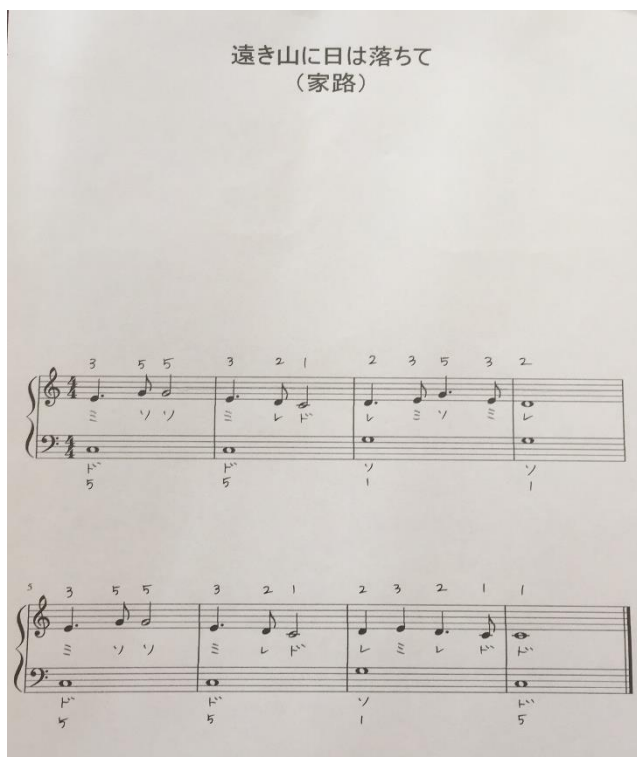
### 「遠き山に日は落ちて(家路)」 ♪ 難易度・・・★☆☆☆☆

ドボルザークの有名な曲です。よく学校の下校時間に流れていました。

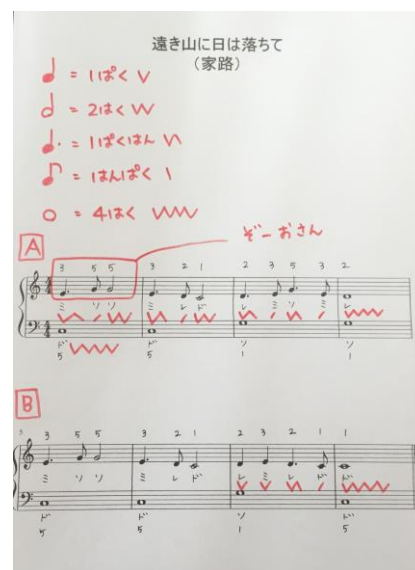
私は、会社員時代に、ビルの最終退館者になったときのメロディーでした(笑)。

ゆったりしたテンポで弾けるので、弾きやすいと思います。

(楽譜)「遠き山に日は落ちて(家路)」(PDF形式)



※書き込みがしてある楽譜はこちらです



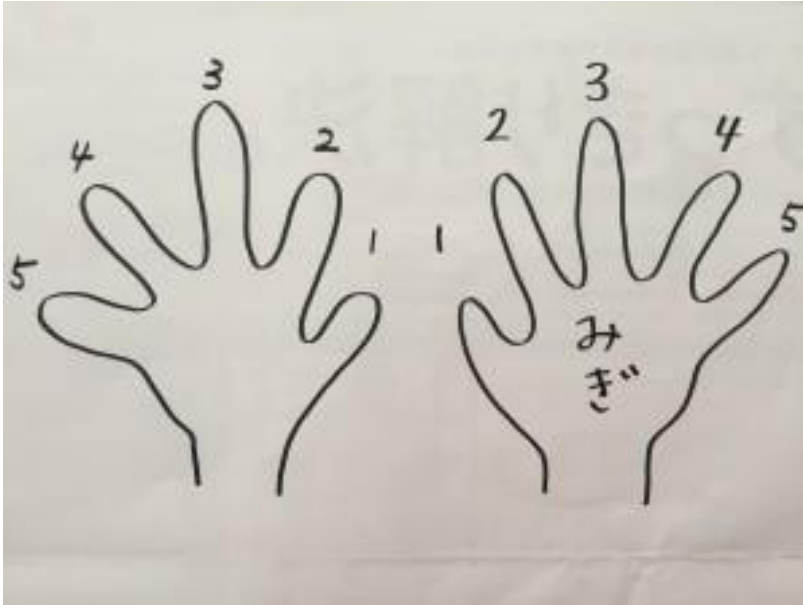
※リンクをクリックしたら楽譜が印刷できるようになっています

(動画)

<https://youtu.be/NKQNPZ7d-p0>

(ちょこっと解説)

●指番号です。親指が「1」番です。



●注意すること

付点のリズムに注意です。「ぞーおさん」のリズムで覚えます。

♪ = 1はくはん ∨  
♪ = はんぱく 1  
○ = 4はく W W W

**A** ぞーおさん

もっと詳しく知りたい方は下の図を見てください^^

The image shows handwritten musical notation for the Japanese phrase "Dai On-san".

Top row: ぞー おー さん

Second row: A quarter note with a stem pointing down, a quarter note with a stem pointing up, and a half note with a stem pointing down.

Third row: A 'W' shape under the first note, a single slash under the second note, and another 'W' shape under the third note.

Fourth row: A bracket spanning the first two notes.

Text below the bracket: これで2拍

Bottom section: ちよみに...

1拍      半拍      1拍半

Below these are three notes: a quarter note, a quarter note with a stem pointing up, and a quarter note with a stem pointing down.

Below the notes are three 'W' shapes: a simple 'V' shape, a 'W' shape with a slash, and a 'W' shape.

Below the notes are three labels: 4分おんぷ, 8分おんぷ, and 3.2分4分おんぷ.

Below the labels are three 'W' shapes: a simple 'V' shape, a 'W' shape with a slash, and a 'W' shape.

●難易度・・・★☆☆☆☆

一日あれば、ある程度は弾けるようになると思います。

## 「喜びの歌」♪ (難易度) ★★☆☆☆

誰もが知っている有名な曲ですよ。3段目がちょっと難しいかもしれませんが、とっても良いメロディーなので、がんばって弾いてみてほしいです。

(楽譜) 「[喜びの歌](#)」 (PDF形式)

※書き込みがしてある楽譜はこちらです

※リンクをクリックしたら楽譜が印刷できるようになっています

(動画)

<https://youtu.be/rwqU5PPMHRE>

(ちょこっと解説)

●注意すること

この曲は3段目にシャープ（#）がついているのがくせ者です。

シャープは、「音を半音上げる」という意味です

A handwritten musical score on a piece of paper. The score is written on a grand staff with treble and bass clefs. It consists of two systems of music. The first system has four measures, and the second system has four measures. Above the notes are numbers 1-5 indicating fingerings. Below the notes are letters representing notes: ド, レ, ミ, ファ, ソ. In the second system, the third measure has a sharp sign (#) above the note 'ソ', which is circled in red. A red arrow points from this circled note to the circled note in the fourth measure of the same system. Other red annotations include '同じ場所' (same place) with an arrow pointing to the circled note, 'ひくい' (lower) with a checkmark and an arrow pointing to the circled note, and 'シャープ 半音上げる' (sharp raises half tone) with a circled '2' and an arrow pointing to the sharp sign. At the top right, 'L-エド ドー' is written in red.

なので、「ソ」にシャープがついているので、鍵盤のこの場所を弾きます。

A hand-drawn diagram of a piano keyboard. It shows a row of seven keys: four white keys and three black keys. Below the keys are the letters: ド, レ, ミ, ファ, ソ, ラ, シ, ド. The 'ソ' key is circled in black. Above the circled key, the text 'ソの#(シャープ)' is written in black.



左の「ソ」の音と、右の「ソ」の音は同じ場所を弾きますよ

カ ミ レ ド ド レ ミ  
ソ ド  
5 1 5  
同じ場所  
ひくい  
4 3 1 2 3 4 3 2 1 2 1  
カ ミ ド レ ミ カ ミ レ ド レ  
ソ ソ# ラ  
②

●難易度★★☆☆☆

人によるけれど、早い人で1週間、遅い人でも2週間で弾けるようになると思います

### 「難易度の目安」

- ・難易度★★☆☆☆ 1週間ぐらい（早い人やとその日中）
- ・難易度★★☆☆☆ 2週間～1カ月（早い人やと1週間）

個人差はあるけれど、これぐらいかな。

## ②「指の練習」

自分の好きな曲だけを練習するのもアリですが、もっとピアノがうまくなりたい方はぜひ指の練習を取り入れてみてください。

「指が思うように回らない」「左手がどうも動きにくい」等の悩みが解消されますよ^^

今からお伝えする方法は、単純に指だけを動かす練習です。なので、音符やリズムはわからなくても大丈夫です。

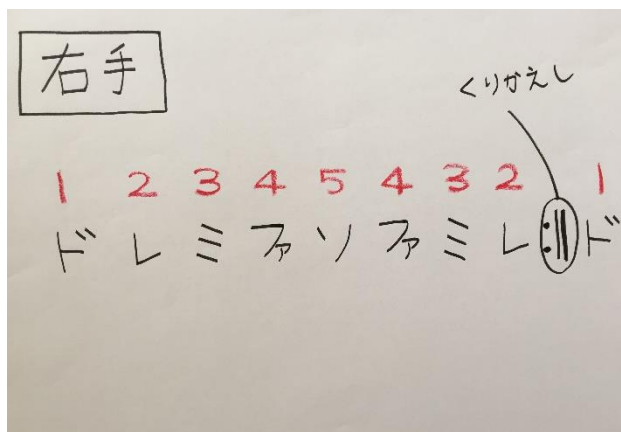
※「指の練習」+「好きな曲」を平行することが一番上達しますよ

## 「指の独立練習」♪

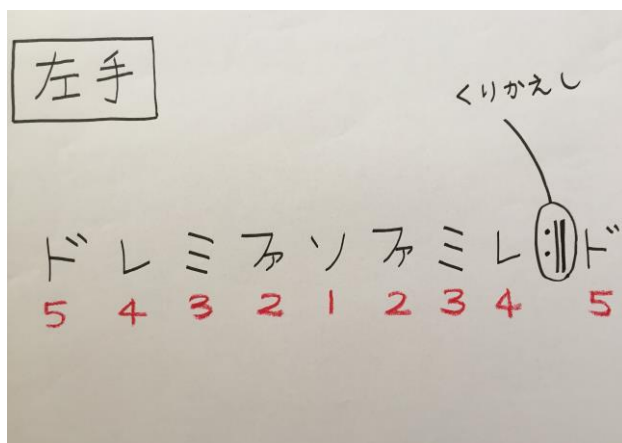
ちなみにうちの生徒さんも、指のウォーミングアップとして自らやってはります。

地味でおもしろくはないけれど（汗）、効果てきめんです！

まず右手です



次は左手です



(動画)

<https://youtu.be/KhBC-kZu2T0>

(ちょこっと解説)

- ・特に左手の4番と5番の指が弱いので、指を寝かせないでしっかり指を立てて弾くこと
- ・鍵盤を押すというかは指先に貼ったシールを「ぺたぺた貼る感じ」に弾くとOK!
- ・地味やけど、「1日5分×1週間」を続けたら、格段に指が動いていると思います

## 「左手の練習」♪

「左手が上手な人は、ピアノが上手」と言われています。

利き手が右手の人はどうしても左手が動きにくいですね。最初はしんどいかもしれませんが、こちらも効果大です！

先に左手から行きましょう

左手

①	ド	ミ	ソ	ド	ミ	ソ	ドー
	5	3	1	5	3	1	5
②	ド	ファ	ラ	ド	ファ	ラ	ドー
	5	2	1	5	2	1	5
③	シ	ファ	ソ	シ	ファ	ソ	シー
	5	2	1	5	2	1	5
④	ド	ミ	ソ	ド	ミ	ソ	ドー
	5	3	1	5	3	1	5

← ①と同じ

続いて右手です

右手

①	ド	ミ	ソ	ド	ミ	ソ	ドー
	1	3	5	1	3	5	1
②	ド	ファ	ラ	ド	ファ	ラ	ドー
	1	3	5	1	3	5	1
③	シ	ファ	ソ	シ	ファ	ソ	シー
	1	4	5	1	4	5	1
④	ド	ミ	ソ	ド	ミ	ソ	ドー
	1	3	5	1	3	5	1

← ①と同じ

(動画)

<https://youtu.be/H0RtaD7Uv2o>

(ちょこっと解説)

・さきほどの練習のときと同じです。とにかく両手の4番と5番は、普段使わない指なのでどうしても動きが鈍くなります。まずそのことを自覚しながら弾きましょう。

## 「両手の練習」♪ ※重要ポイントです。

いよいよ両手です。ピアノを弾くうえでの第一関門です。

一番最初にみんなが苦勞するところです。

たとえ時間がかかったとしても確実にクリアしたいところです。

### 練習①

両手の練習

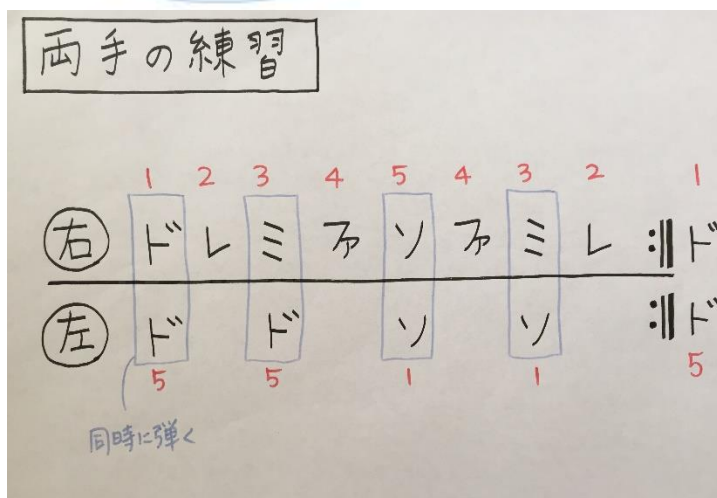
右 ① ド ② レ ③ ミ ④ ♯ ⑤ ソ ④ ♯ ③ ミ ② レ ① :: ド

左 ⑤ ド ————— ① ソ ————— :: ド ⑤

同時に弾く

<リカえし

## 練習②



(動画)

<https://youtu.be/7QZ1RgUDG2A>

(ちょこっと解説)

- ・とにかく、右手が左手につられて、「音がぷつぷつ切れない」こと！
  - ・必ず「ドレミファソファミレドー♪」と歌いながら弾いてください！ 弾きながら歌うことはしんどいけれど、感覚をつかむのが早くなります。
  - ・よそ見をしても弾けるぐらい弾き込んで下さい。両手のタイミングをつかむのに 1 カ月ぐらいはかかると思って覚悟してやってください！ファイトです♪
- .....

以上が、「はんなりメルマガ」特典の

「ピアノを始めたばかりの方にも簡単に弾ける曲&指の練習」です。

## ■ あとがき

ピアノを始める前に、あなたに知っておいてほしいことがあります。

それは、ピアノを弾くことは、結構「**孤独で泥臭い作業**」やということです。

ピアノは始めやすいのが良いところですが、挫折したりして続かない人がいることも事実です。

けれど、こういう人は、大抵、「早く結果がほしい」「練習せずにうまくなりたい」人なんです。つまりは、ラクをして上手になりたい人です。

こんなことを最初に言うのもどうかと思いますが（汗）、

ピアノは練習しないと上手にはなりません。

でも言い換えると、「**練習した分だけ上手くなる**」んです。（練習は裏切りませんからね！）

ピアノを弾き始めた最初の3カ月で、いったん、上達したなと思うことができます。

けれど、そこからは、「ん！？ 上手くなっているのか？」とすぐに上達を感じられないような状態になるかもしれません。

でも、そこであきらめないでください！

すぐ上達しないだけで、長い目で見たら、確実に前進しているのです。

そして日々、地道にコツコツ練習して、ある日、「あっ、上手くなってる」と気づくものなのです。

なので、長い目でピアノと付き合いしてほしいと思います☆彡

地道にコツコツがんばっていきましょう^^

最後まで読んでいただき、ありがとうございました。

◆作成者 スカラー

◆特定商取引法に基づく表記 <http://loopleftine.shop-pro.jp/?mode=sk>