

## 2015. 8 月号 ぽーこ あ ぽーこ



発行日:平成 27 年 7 月 22 日 発行所:Music Company 音楽教室 Tel.:075-642-6822

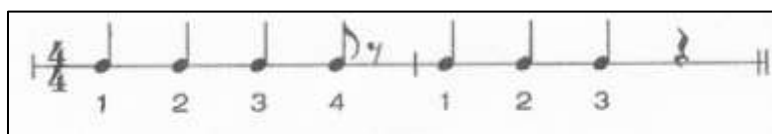
お元気ですか？ “海の日”に近畿も梅雨明けし、いよいよ夏本番！ 猛暑日が続きそうですが、暑さに負けず、怪我のないよう元気に夏休みを過ごしてくださいね(^\_^)

さて、6月号・7月号とお休みしていました**ピアノのための呼吸ストレッチ**を再開します。今月は、**③ヒジねじねじ**です。ピアノを弾く人にとって、肘は腕の回転動作の要となる大切な関節の一つです。息をゆっくり吐きながら、雑巾を絞るように肘の関節を1で外側へ2で内側にねじり（同様に3，4）と続けます。休符で息を吸いましょう！肘の関節の小指側と親指側の両方がのびて、腱鞘炎の予防にもなります。

よくわかるピアニスト呼吸法より抜粋

### ③ヒジねじねじ

Point!



肘の関節をのばすことです。ピアノの練習の前に1～2分試してみてください。ゆっくり呼吸することで、心も体もリラックスできます。 では、また…

## ♪お知らせ

夏休みは、**夏休みレッスン予定表**通りレッスンします。クラブ活動や学校の行事等で時間変更を希望される生徒さんは、わかり次第連絡をお願いします。

## ♪ありがとうございました！

発表会ご苦労様でした。保護者の皆様のご協力を得て滞ることなく、無事に終えられましたこと、この書面をお借りしてお礼申し上げます。

また、当日には立派な花束をありがとうございました！

## ♪今月は音楽パズル 楽器の名前？

### 楽器リスト

アコーディオン	シンバル
ヴァイオリン	スーザフォン
ヴィオラ	スネアドラム
オカリナ	タンバリン
オルガン	チェロ
カホン	チェンバロ
ギター	チューバ
ギロ	ティンパニ
グロッケンシュピール	テルミン
コト(箏・琴)	トランペット
コントラバス	ニコ(二胡)
シノブエ(篠笛)	ピアノ
シャクハチ(尺八)	ピッコロ
シャミセン(三味線)	ファゴット
ショウ(笙)	マリンバ
シンセサイザー	マンドリン

タ ン バ リ ン セ ミ ヤ シ ヨ ウ  
シ ガ ス ー ザ フ オ ン ミ ル テ  
ン ル ネ チ ユ ー バ グ ー シ イ  
セ オ ア ハ エ ル ン ピ ア ノ ン  
サ カ ド ク カ ン ユ チ コ ブ パ  
イ リ ラ ヤ ホ シ バ エ ー エ ニ  
ザ ナ ム シ ン ア マ ロ デ フ ル  
ー ト ピ ケ イ ン リ オ イ ア ヴ  
タ ニ ツ ン リ ド ン マ オ ゴ イ  
ギ ロ コ ン ト ラ バ ス ン ツ オ  
グ ト ロ ラ ト ツ ペ ン ラ ト ラ

### シークワースの解き方

リストにある楽器の名前を、すべて探し出しましょう。どの言葉も、タテヨコナメ8方向のいずれがに一直線に入っています。途中で折れ曲がったり、文字を飛ばして読むはいけません。1つの文字を複数の言葉が使う場合もあります。小さい「イ」などは大きな「イ」などとして探してください。

言葉をすべて探すと、いくつかの文字が使われずに残ります。残った文字を、左から右に(同じ列では上から下に)読んでできる言葉は何でしょうか？

