

現代ギター

5

May 2008 No.525
www.gendaiguitar.com

特集 ● **ギター立奏のすすめ**

ギターの最適な演奏フォームとは (ミハエル・コッホ)
クラシック・ギター・ストラップ派のすすめ (扇 淳)

インタビュー ● **原 善伸** (洗足学園大学/大学院ギター科教授)

気になるギター ● **横尾俊佑**

濱田滋郎対談 ● **宮原一浩** (鍼灸師)

SCORES ●
ラ・マルセイエーズ変奏曲 [カルツリ]
お祈り/ハバナ [寺内国生]
アレグリーアス [瀬田 彰]



インタビュー

● **荘村清志** × **小林美恵** (Vn)

● **レオ・ブローウェル** × **福田進一**

濱田 「現代ギター」に寄稿してらっしゃったところからお名前は見てました。開業は平成13年なんですね。

宮原 おかげさまで7年経ちました。私は杉並区の荻窪で生まれて、父親の転勤で名古屋とか大阪とかいろいろ転々としまして。その後父が脱サラをして、鍼灸師になりました。もともと父は、曾祖父の代から鍼灸師をやっていたんです。それもいいなと思って、大学卒業間近、教授に謝って(笑)この道に入ってきました。

濱田 これは本当に、人助けの道ですからねえ。私も実は、少年時代から神経痛持ちでした。お灸とか鍼、漢方薬、すべてやっていただいたことがあるんです。たとえばギタリストでも、腱鞘炎は多いでしょうね。

宮原 多いですね。1980年ごろからようやく、音楽家の腱鞘炎が非常に多く治りにくいということが……。

濱田 そもそも腱鞘炎は、どうしてなるんですか？

宮原 急性のもの、慢性に移行したもの、それから音楽家になりやすいものとして、指が巻き込んで戻らなくなってしまうもの……。私自身、仲間でちょっとコンサートをやっていたんですが、鍼灸を始めたということもあって急に練習したせいでやられてしまったんです。おか

しいなと思いながら、ずっと練習してしまうんですね。結局、ある筋肉ばかりを使っていて、過度に使用したことによって疲労してしまうということなんです。

濱田 右手が腱鞘炎になられたわけでしょう？ それを治されるというのは、左手で治されたわけですか。

宮原 そうです。自分の指を自分で治せなければ、音楽家の方の治療が口先だけのことになってしまうので。

濱田 じゃ、両手が利かなくて……でもギターをやっていると、ある程度両手利きになりますね。私なんかも意外と左手が利くので、これはギターを選びですけど弾いてるせいかな、なんて思います。

宮原 先生のギターを一度もお聴きしたことがないので(笑)、すごく興味があります。

濱田 人にお聴かせできるものじゃないです(笑)。診療所にもギターを置いておられるんですね。

宮原 患者さんの症状を見るのに使います。このギターは、母親の遺品なんです。

**弾いたあとは必ず
運動をしていただきたい**



宮原一浩

Kazuhiro Miyahara
鍼灸師

1956年生まれ。
東京理科大学工学部機械工学科卒。
東京医療専門学校「鍼灸教員養成科」卒。
宮原鍼灸所所長、東京医療専門学校講師。

自ら思った腱鞘炎実体験とその治療経験を生かし、音楽奏者を襲う「運動機能障害(巻き込み症状など)」をはじめ、痛み、しびれの研究治療を専門としている。

宮原鍼灸所：

〒160-0004 東京都新宿区四谷1-5 東交ビル301号 電話：03-3353-7588

ホームページ：

<http://plaza.harmonix.ne.jp/~acuthera/>
メールアドレス：acuthera@mx5.harmonix.ne.jp

趣味：クラシックギター、写真撮影(山岳およびリゾート風景)

著：現代ギター誌

1984年 5月号臨時増刊「レッツ・プレイ・ポピュラーギター」編曲

1985年 8月号特集「スケール上達法」より記事「完璧なスケールへの基礎」

1993年 8月号特集「スケールテクニックを極める」より記事「腱鞘炎を知る」

1996年 8月号特集記事「腱鞘炎予防クリニック」自己診断テスト

1999年 7月号「シンドラーのリスト」コピー編曲(8月号に訂正箇所掲載)

1999年 9月号 坂本龍一「エナジーフロウ」編曲



濱田滋郎対談

169

構成●安東春
写真●カミガチアキ

濱田 お母さまがギター弾いてらっしゃったんですか。
 宮原 大阪にいたとき、近藤敏明先生に少し習っていた
 ようです。私が小学校のころ押し入れを開けましたらこ
 れが出現しまして（笑）、中学生になって〈禁じられた遊
 び〉から教えてもらいました。テレビの「ギターを弾こ
 う」も見ましたし……下手の横好きです。

濱田 “仲間”とおっしゃったのはいつごろですか？
 宮原 1985年からです。たった4年間ですけども、楽器
 屋の店主さん二人と、「現代ギター」編集の人と——

濱田 誰だろう（笑）。
 宮原 あとは公務員の友達と、5人で始めたんですけども、
 本当にアマチュアの集団で、名前が〈高田馬場パ
 トルロイヤル〉というんですよ（笑）。

濱田 すばらしい名前ですね（笑）。
 宮原 協調するどころか、ひとりひとりがうまいと思っ
 てるんで、アンサンブルをすると滅茶苦茶で（笑）。でも、
 楽しかったですねえ。印象に残ってるのは、ロメロ四重
 奏団が得意としていた〈ブランデンブルク（協奏曲）〉の
 3番の第3楽章とか、〈剣の舞〉とかですね。

濱田 じゃ、相当なレベルですね。アレンジは既成の
 のを探してきて？ それともご自分でなさった？
 宮原 自分たちでやりました。

濱田 今はどういう曲を弾かれるんですか？
 宮原 いやあ、ちょっと……恥ずかしいんですけども
 （CDを出す）。過去の演奏で、まあまあだと思われるも
 のを年代順にして、それだけでは足りないので2000年ご
 ろから自宅で少し録音したものなんです。

濱田 これだけのレパートリーを弾かれたら、大したもの
 ですよ。公開演奏はなさったことないですか？
 宮原 最近はまだありません。去年、たまたま二胡
 の患者さんがいらっやしまして、「指が治ったら私が伴
 奏してあげる」と言っていたそうなんです、すっかり
 忘れていて（笑）。一度合わせたら彼女が非常にうまかつ
 たので感激して、それから少しずつ弾いています。



濱田 そうすると患者さんは音楽家の方が多いですか。
 宮原 そうですね。初めはクラシック・ギターの方が多
 かったんですけど、クラシック・ピアノの方も見えるよ
 うになって。ジャズ・ピアノやロック・ギターの方も見
 えます。ロックやボサ・ノヴァの方は左手でコードを押
 さえることが多いので、左をやられるのが多いんですね。

濱田 左手をセーハで動かしますからね。
 宮原 あと、フルートとかね。音楽家以外の方だと、事
 務の方やパソコンをよく使われる方、それから主婦の方
 ですね。それから鉄を持つ理容師の方ですね。腱鞘炎に
 なってからでは遅いよ、という警告の意味で、1996年の
 「現代ギター」8月号に、「腱鞘炎予防クリニック」を書
 かせていただいたんですけども。

濱田 はい、読みました。あらためて教えていただくと、
 主なポイントというところはどういうところですか。
 宮原 痛みの場合は即わかるんですけども、先程の巻
 き込みの場合は知らないうちに筋肉疲労がやってくるの
 で、“おかしいな”という状態を見逃さないことに尽き
 るんですよ。練習不足で弾けないのか、本当に指がおか
 しくなって弾けないのか、その境目のときに、おかし
 いなということを必ず感じていただきたいんですね。

濱田 予防の意味ではどうすればいいんですか。
 宮原 日頃から、だるさを取っておくということですか



見るからに痛そうだが、刺してもらってそれほどでもない

ね。弾いたあとは必ず運動をしていただいて、悪い血液を1回心臓に還元させていただくことですね。

濱田 バックナンバーのその記事の部分だけパンフレットにして、教えてあげるといいですね。

宮原 在庫がないんじゃないですか。前に、ジョン・ウィリアムスがアンコールで弾いた〈シンドラーのリスト〉という曲を耳コピーして楽譜にさせていただいたんです。あれも在庫がないみたいです。

濱田 話が戻りますが、そういう編曲もなさってる？

宮原 記譜法は適当なんですけれども（楽譜を出す）。

濱田 けっこう凝った、すばらしい編曲ですね。そうすると相当ギターには深入りしておられますね（笑）。

宮原 深入りですね、まさに（笑）。

濱田 ギターのコンサートには出かけられますか？

宮原 どうしても行きたいものには、無理矢理時間を割いて参ります。いちばん最近だと、逢坂 剛さんが司会をなさった「カデイスの赤い星」ですね。さかのぼっていくとベベ・ロメロ、ジョン・ウィリアムス、イヨラン・セルシェル……パコ・デルシアとか。パコ・デルシアは大学のときから好きでして、弾けないながらも真似しようと努力してたんです（笑）。

濱田 ジャ、フラメンコもお好きなんですね。編曲も相当なさってるでしょう？

宮原 初めは名人の耳コピーからだったんですけど、そのうち、自分の色を出すような編曲がしたいなと思まして。リズムのはっきりしたキレのいいものって、あまり合わないんですよ、自分に（笑）。

濱田 歌うもののほうが好きなんですね。

宮原 バラード系といますか、遅いテンポの、拍動に近いようなテンポですね。だんだん、ラルゲットぐらい

のテンポのものばかりが増えてきて（笑）。

濱田 私も編曲は大好きなんですけど、どうしてもそういう歌う曲が多くなりますね。ヴァイオリン曲とかね。

宮原 ヴァイオリンとか歌のように息の長いものをギターの減衰する音で表わすのは、すごく難しいですね。

濱田 でも、ギターは上手にポイントを探せば、ヴァイオリン、ピアノに負けないぐらい歌える楽器だと思うんです。歌が繋がらないと曲にならないですから。私も以前は、作曲家の意図した音を全部取ろうと思ってやりましたが、やっぱりそれじゃ音が切れちゃうんですね。ギターのための編曲はおもしろいですよね。ただ、それを人前で弾くというのは本当に難しくってね。

宮原 最近の方は、ミスはないし、さらっと弾かれますよね。私なんか生来アガリ性なもので、人がわからないぐらい練習して、人が見えないぐらい真っ暗なところでやりたいんですけどもね（笑）。

東洋医学は本当に深いものじゃないかなと思いますね

濱田 ところで、私が最初に鍼をさせていただいたことなんですが、すごく気持ちよくてすばらしいと思っていたら、夜寝床に入ってから身体がガタガタ震えちゃったんですよ。そういう体質はあるんですか？

宮原 アナフィラキシー・ショックといいますか、鍼に対して過敏性の方はいらっしやらないことはないと思います。まあひとつの反応ですね。

濱田 その後しばらくちょっと鍼が怖かったんですけど、その後漢方の名医と言われる方にお世話になって。

宮原 私も、初めて来た患者さんがどれだけ受けられるかというのをいつも考えてます。最初の先生は、濱田先生を治してあげたい、という気持ちが強すぎたんじゃないですか（笑）。重症な人を見ると、治療家というのは、「何とかしたい」と思ってしまうんですね。

濱田 でも、それは効いた証拠ではあるんですよ。

宮原 そうですね。鍼という物質的なものに対して身体が反応を起こし、反応したことによって身体が治っていく、ということですから。冒されてる場所も人によって違いますので、その方のおかしいところを常に探す、という姿勢を持たないと治っていかないと思います。

濱田 その人間をひとりひとり見ないと、本当はいけないんですよ。



さきほど言った漢方の先生も、相手によって全部薬が違います。

宮原 それが本当だと思うんです。そういう漢方医が増えてほしいですね。あとやっぱり、身体を見る力が必要だと思いますか。

濱田 鍼の道というのも深いでしょうね。でも、先祖代々積み重ねてこられた体験による知恵というのをきっとお持ちだと思っただけです。

宮原 まあ、門前の小僧ですから（笑）。

濱田 鍼灸師の方にはそういう方が多いんですか？

宮原 そうとも限らないですね。鍼灸学校で3年修業しまして、国家試験に合格したら開業ができるんです。

濱田 東洋医学というのか、鍼とかお灸とかが見直されてきたのは、割合近年じゃないですか？ 私も漢方の先生に心服してましたんで、申し訳ないけど西洋医学のお医者さんにはほとんど行ってないですよ（笑）。自分の治療力がいちばん大事だということで、風邪をひいても薬も飲みません。食事療法も買ったことがありますし。

宮原 それはすばらしいですね。最近「これをやればいいですよ」というメニューができて、それで治らない場合があって、苦情がきたりして（苦笑）。

濱田 西洋医学も進歩はしてるんでしょうけど、東洋医学は本当に深いものじゃないかなと思いますね。

宮原 西洋医学に頼らなければならない症状もあるんですけどね、そこは、われわれも見極めないといけない。何でも自分が治せると思っちゃいけないんです。

濱田 鍼にしても本当はすごく理論的なものではないですか？

宮原 そう思います。まず現象があって、それをあとで理論化していくんですけども。それは、三千年からの歴史がそういう理論を作ってきた、ということだと思います。“気”の概念は流派によって違うので、そこからみんな派生して、いろんな鍼灸が出てきてるんですね。そこがおもしろいんです。

濱田 刺激を与えて、自分で治す力というのを引き出してやるということでしょうか？ それはいちばん大事じゃないかなと思うんです。薬害もないわけだし。

宮原 そうですね、そこのお手伝いをするというか。あまり強い刺激を与え過ぎると、治っていく力が途中で後ろにいつてしまったりするんですね。

濱田 ただ鍼は、場所によっては痛いですね。

宮原 人間の身体には、1平方センチのところに300ぐらいの痛点があるんです。ですからどこを刺しても痛いんですけど、それを何とか、痛くないように刺してあげ



るんです。昔は鉄製だったので、折れないように水銀を塗っていたようです。すごく怖い話ですけど。そういう危険性を考慮して、銀とか金とか、ニッケルの入ったステンレスに材質も変わりました。私は、刺したその鍼がどういうふう効いてるか、という過程を常に、ひと鍼ひと鍼追っていくんです。次にやる必要があるかというのを見極めながら鍼をしていってますから、極端な話、1本で終わりの人もいます。

濱田 お灸もやりましたけど、最初は熱いですよね。

宮原 状態に応じて、熱く感じる時ときも感じないときもありますね。身体というのは、病んでいると熱を欲しますので。鍼の場合は、その熱を操作する、ということになってくると思うんですよ。

濱田 いろいろ教えていただきまして。最後に、これからギタリストとしてはどういう夢をお持ちですか？

宮原 ええっ！ ギタリストだと思ったことないですよ（笑）。ときどき衝動的に、映画音楽とかドラマの曲でいいなと思うと楽譜を買ってきて、編曲して、それで悦に入ってるんです。

濱田 でも、実際に楽譜を書いて編曲してみると、音楽がすごくよくわかるようになりますよね。それは確かに言えると思うんですよ。ただ与えられた譜面を弾いてるのと、自分で書いて弾くというのは絶対違いますから。

宮原 それはそうですね。

濱田 編曲というのは、夢中になると何時間も経っちゃいますね。私のアレンジは、昔は難しくて弾きにくいと言われたんですけど、今はけっこういいものもあるかな、と（笑）。お互いに頑張りましょう。