

解説書

演奏能力向上のための  
エクササイズ

採譜・解説 / ラリー・フィン

リットーミュージック



## 目次

はじめに .....	6
練習にあたって .....	7
各パートについて .....	8

## PART 1

### Hand Development Exercises ● ハンド・エクササイズ

## exercise 1 .....

- a : single stroke roll ● シングル・ストローク・ロール
- b : double stroke roll ● ダブル・ストローク・ロール
- c : paradiddle ● パラディドル

## exercise 2 .....

- a : single/double triplet roll ● シングル/ダブル・トリプレット・ロール
- b : side triplet roll 1 ● サイド・トリプレット・ロール1
- c : side triplet roll 2 ● サイド・トリプレット・ロール2

## exercise 3 .....

- a : inverted paradiddle ● リヴァース・パラディドル
- b : single stroke and windmill ● シングル・ストローク&ウインドミル
- c : paradiddle combination ● パラディドル・コンビネーション

## exercise 4 .....

- a : paradiddle-diddle triplet ● パラディドル・ディドル・トリプレット
- b : double paradiddle triplet ● ダブル・パラディドル・トリプレット
- c : six stroke roll triplet ● 6ストローク・ロール・トリプレット

## exercise 5 .....

- a : hand to hand flam ● ハンド・トゥ・ハンド・フラム
- b : flam/flam taps ● フラム/フラム・タップ
- c : flam/flam accent ● フラム/フラム・アクセント

## exercise 6 .....

- a : single drag ● シングル・ドラッグ
- b : drag/lesson 25 ● ドラッグ/レッスン25
- c : triplet drag ● トリプレット・ドラッグ

## PART 2

### Basic Groove Section ● 初級グルーブ

## exercise 7 .....

- a : basic rock/funk beat 1 ● ベーシック・ロック/ファンク・ビート1
- b : basic rock/funk beat 2 ● ベーシック・ロック/ファンク・ビート2
- c : 16th note ballad beat ● 16ビート・バラード
- d : the "ah of two" 16th note funk beat ● ファンク・ビート(バス・ドラム16分ウラ)

## exercise 8 .....

- a : rock/funk hi-hat opening beat 1 ● “ハイハット・オープン”ロック/ファンク・ビート1
- b : rock/funk hi-hat opening beat 2 ● “ハイハット・オープン”ロック/ファンク・ビート2
- c : funky foot, rock/funk beat ● “ファンキー・フット”ロック/ファンク・ビート
- d : basic songo beat (Afro Cuban) ● ベーシック・ソング・ビート(アフロ・キューバン)
- e : funky mambo 1 (Afro Cuban) ● ファンキー・マンボ1(アフロ・キューバン)
- f : funky mambo 2 (Afro Cuban) ● ファンキー・マンボ2(アフロ・キューバン)

## exercise 9 .....

- a : basic walking shuffle ● ベーシック・ウォーキング・シャッフル
- b : basic rock shuffle ● ベーシック・ロック・シャッフル
- c : syncopated shuffle ● シンコペート・シャッフル
- d : double paradiddle bembé beat (West African) ● ダブル・パラディドル・ベンベ(西アフリカ)・ビート

## exercise 10 .....

- a : syncopated, hi-hat opening, ghost shuffle ● “ゴースト”シャッフル(シンコペート, ハイハット・オープン)
- b : ghost rock shuffle ● “ゴースト”ロック・シャッフル
- c : syncopated, L.A. style shuffle ● LAスタイル・シンコペート・シャッフル
- d : contemporary bembé beat ● コンテンポラリー・ベンベ・ビート

## exercise 11 .....

- a : funk shuffle/hip-hop beat ● ファンク・シャッフル/ヒップホップ・ビート
- b : "jazz beat" hip-hop beat ● ジャズ風ヒップホップ・ビート
- c : rock/hip-hop ● ロック/ヒップホップ

## exercise 12 .....

- a : ghost hip-hop beat ● “ゴースト”ヒップホップ・ビート
- b : alternating hands hip-hop beat ● “オルタネイト・ハンド”ヒップホップ・ビート
- c : open hi-hat, jazz/hip-hop beat ● “オープン・ハイハット”ジャズ/ヒップホップ・ビート

## PART3

### Advanced Groove Section ● 中級グルーヴ

#### exercise 13 ..... 34

- a : hi-hat foot, funk beat 1 ● “フット・ハイハット”ファンク・ビート1
- b : hi-hat foot, funk beat 2 ● “フット・ハイハット”ファンク・ビート2
- c : hi-hat foot, funk beat 3 ● “フット・ハイハット”ファンク・ビート3
- d : traditional mambo ● トラディショナル・マンボ

#### exercise 14 ..... 36

- a : advanced hi-hat foot, funk beat 1 ● アドヴァンス“フット・ハイハット”ファンク・ビート1
- b : advanced hi-hat foot, funk beat 2 ● アドヴァンス“フット・ハイハット”ファンク・ビート2
- c : advanced hi-hat foot, funk beat 3 ● アドヴァンス“フット・ハイハット”ファンク・ビート3
- d : funky songo ● ファンキー・ソング

#### exercise 15 ..... 38

- a : the double shuffle ● ダブル・シャッフル
- b : the "jazz beat" blues shuffle ● ジャズ風ブルース・シャッフル
- c : the half-flat tire shuffle ● “ハーフ・フラット・タイヤ”シャッフル
- d : bembé variation ● ベンベ・ヴァリエーション

#### exercise 16 ..... 40

- a : advanced shuffle 1 ● アドヴァンス・シャッフル1
- b : advanced shuffle 2 ● アドヴァンス・シャッフル2
- c : advanced shuffle 3 ● アドヴァンス・シャッフル3
- d : advanced bembé beat ● アドヴァンス・ベンベ・ビート

#### exercise 17 ..... 42

- a : advanced hi-hat foot, hip-hop beat 1 ● アドヴァンス“フット・ハイハット”ヒップホップ・ビート1
- b : advanced hi-hat foot, hip-hop beat 2 ● アドヴァンス“フット・ハイハット”ヒップホップ・ビート2
- c : foot splash, hi-hat/hip-hop beat ● “フット・スプラッシュ”ヒップホップ・ビート

#### exercise 18 ..... 44

- a : advanced, ghost hip-hop beat ● アドヴァンス“ゴースト”ヒップホップ・ビート
- b : advanced, hi-hat foot, hip-hop beat ● アドヴァンス“フット・ハイハット”ヒップホップ・ビート3
- c : double ride hip-hop beat ● “ダブル・ライド”ヒップホップ・ビート

## PART4

### More Advanced Groove and Fill Ins, Section

#### ● 上級グルーヴ&フィルイン

#### exercise 19 ..... 46

- a : "ruff the foot" rock beat ● “ラフ打ちバス・ドラム”ロック・ビート
- b : up tempo rock ● アップ・テンポ・ロック

#### exercise 20 ..... 48

- a : the Jeff Porcaro style foot ruff shuffle ● ジェフ・ポーカロ風“ラフ打ちバス・ドラム”シャッフル
- b : heavy rock hip-hop beat ● ヘヴィ・ロック・ヒップホップ・ビート

#### exercise 21 ..... 50

- a : 32nd note, embellished funk beat ● “32分装飾音符入り”ファンク・ビート
- b : up tempo, James Brown style funk beat ● ジェイムズ・ブラウン風ファンク・ビート(アップ・テンポ)
- c : advanced funky samba ● アドヴァンス・ファンキー・サンバ

#### exercise 22 ..... 52

- a : advanced bembé/splash hi-hat foot ● アドヴァンス“フット・スプラッシュ”ベンベ
- b : advanced hi-hat opening shuffle ● アドヴァンス“ハイハット・オープン”シャッフル

#### exercise 23 ..... 54

- a : advanced, four stroke ruff, hip-hop beat ● アドヴァンス“4ストローク・ラフ”ヒップホップ・ビート
- b : up tempo, six stroke, hip-hop beat ● “6ストローク”ヒップホップ・ビート(アップ・テンポ)

#### exercise 24 ..... 56

- a : basic fill 1 ● ベーシック・フィルイン1
- b : basic fill 2 ● ベーシック・フィルイン2
- c : basic fill 3 ● ベーシック・フィルイン3
- d : triplet fill 1 ● トリプレット・フィルイン1
- e : triplet fill 2 ● トリプレット・フィルイン2
- f : triplet fill 3 ● トリプレット・フィルイン3

#### exercise 25 ..... 58

- a : advanced fill 1 ● アドヴァンス・フィルイン1
- b : advanced fill 2(triplet version) ● アドヴァンス・フィルイン2(トリプレット)
- c : advanced fill 3(triplet version) ● アドヴァンス・フィルイン3(トリプレット)
- d : advanced fill 4 (32nd note version) ● アドヴァンス・フィルイン4(32分音符)

デモ演奏について	60
おわりに	62
譜面の見方	62
プロフィール	63

## はじめに

このビデオの第一の目的は、音楽とその中におけるドラマーの役割について、みなさんにより深い認識を持ってもらうことです。

ここでは基礎的なハンド・テクニクからかなり上級のグルーヴ・パターンやフィルまで、あらゆることを網羅しました。具体的なグルーヴ・パターンとしては、ファンク、ロック、ヒップホップ、シャッフル、それにラテンなどを扱っています。

どんなスタイルの音楽を演奏するのであれ、そこには必ずしっかりとしたグルーヴがなければならないということを学んでください。そしてハンド・テクニクやタイム感を身に付け、ダイナミクスをコントロールする能力を養い、グルーヴのヴォキャブラリーを増やしてください。

ビデオを見て一生懸命練習すれば、皆さんのプレイは必ず改善されます。各セクションに登場するグルーヴ・パターンを練習することで、手足が独立して動かせるようになり、フット・コントロールもついてくるようになります。同時に音楽的なセンスも養われます。

テンポとダイナミクスに注意を払いながら、じっくりと取り組んでください。そして何よりも楽しみながら練習してください。

## 練習にあたって

何よりも大切なのは、時間を有効に使うことです。計画性を持ち、目的を忘れないでください。

私自身はいつも、手だけの練習をする時間、手足の組み合わせの練習をする時間、そして音楽をただプレイする時間または聴く時間、という具合に時を分け、それらをまとめて音楽のための時間としています。

またすべてのことを一度にやろうとはしないでください。ひとつのハンド・パターンやひとつのグルーヴ・パターン、ひとつの曲しか練習できないとしても、それらにじっくりと取り組むことで、むやみに多くのことを練習するよりも大きな成果をあげることができます。

どのエクササイズも最初はゆっくりとしたテンポから始めましょう。非常にゆっくりと演奏することで、頭と手足の神経がしっかり繋がるようになるからです。多くの方がこの“身体に記憶させる”方法、つまり手足の動作とグルーヴの感覚を実感として覚えていく方法をとっています。

また速く演奏している時は小さなコントロール・ミスもごまかしがちになってしまいますが、ゆっくりと演奏している時はそれが許されず、あらゆるものが正確でなければなりません。

残念なことに大概の人はゆっくり演奏することをもどかしく感じるようです。また、一度感じがつかめると、すぐ速く演奏しようとしがちです。けれども、この段階ではまだ“身体の記憶”は完全ではないのです。

とにかくエクササイズやグルーヴ・パターンは、非常にゆっくりとしたテンポで、何度も繰り返しながら身に付けていってください。それからメトロノームを少しだけ速め、新しいテンポでまた繰り返しましょう。それによって皆さんは少しずつ、自分の思い通りの演奏ができるようになっていくのです。

※編注……この解説書の譜面はインストラクター自身が作成したエクササイズのためのオリジナル・スコアです。ビデオでの演奏には若干の音符やフィーリングが加えられたり、省略されたりしている部分もあります。

---

## 各パートについて

### **PART1**

#### **Hand Development Exercises**

##### **ハンド・エクササイズ**

PART1ではハンド・エクササイズに焦点をあてました。

ドラムの演奏の善し悪しはハンド・テクニックの善し悪しによる、と理解しておくのは重要なことです。良いドラマーであろうとするならば、ルーディメントは毎日欠かさないでください。

ここでは短めのエクササイズの中に、基本的なルーディメントを盛り込みました。これらはこのあとのパートにも出てきます。

繰り返しますが、ルーディメントの練習は重要です。毎日取り組んでください。このパートが、ビデオでも一番大切なところです。

### **PART2**

#### **Basic Groove Section**

##### **初級グルーヴ**

PART2では、基本的なグルーヴ・パターンを学びます。ハイハット、スネア、それにバス・ドラムについても触れてゆきます。

エクササイズがいかに簡単そうに思えても、きちんとしたテンポでダイナミクスをコントロールしながら演奏することができなければ、何にもなりませんし、後に出てくるグルーヴ・パターンはもっと難しいものになります。とにかくテンポとダイナミクスをコントロールすることが一番重要です。

どのグルーヴ・パターンも、最初はゆっくりとしたテンポで始めましょう。ビデオで使ったテンポは、そのグルーヴに最適と思われた速さですが、どれもあらゆるテンポで演奏できるようにしておきましょう。また、小さな音から大きな音まで、どんな音量でも演奏できるようにしておくことが必要です。私自身がグルーヴ・パターンを練習する際も、これらの点には常に注意を払っています。

### **PART3**

#### **Advanced Groove Section**

##### **中級グルーヴ**

PART3は基本的にPART2の続きですが、これまでに使用したドラム・パーツのほかに、さらにライド・シンバルや、フット・パターンを含むハイハット、そしてライドとしてのチャイナ・シンバルなど新しいパーツが加わっています。特にハイハットに関しては、通常のスティックによるサウンドに加え、足の動きによって出すスプラッシュ・サウンドも使用します。

新しいテクニックやサウンドを取り入れるのは、べつにグルーヴ・パターンを複雑なものにしたいからではありません。音楽に新しい表現を加えるために、これらを学ぶのです。それは忘れないでください。新しいものを加えたところで、それが音楽的に意味をなさないのであれば、演奏する価値はないのです。

### **PART4**

#### **More Advanced Groove and Fill Ins Section**

##### **上級グルーヴ&フィルイン**

PART4では、PART3までで取り組んできたテクニックを総動員します。グルーヴはより複雑になり、タムやチャイナ・シンバルも登場します。加えてヘヴィなヒップホップ、アップ・テンポのロックなどのパターンも扱いますし、一般的な、または高度なドラムのフィルも出てきます。しかし今一度、タイムとフィールが最重要事項であることを思い出してください。そしてテンポとダイナミクスのコントロールについて、再度時間をかけて取り組んでください。新しいグルーヴを知ったところで、それを自分のものにしなければ何にもなりません。



## exercise2

- a : single/double triplet roll-----シングル／ダブル・トリプレット・ロール  
 b : side triplet roll 1 -----サイド・トリプレット・ロール1  
 c : side triplet roll 2 -----サイド・トリプレット・ロール2

### 主な目的

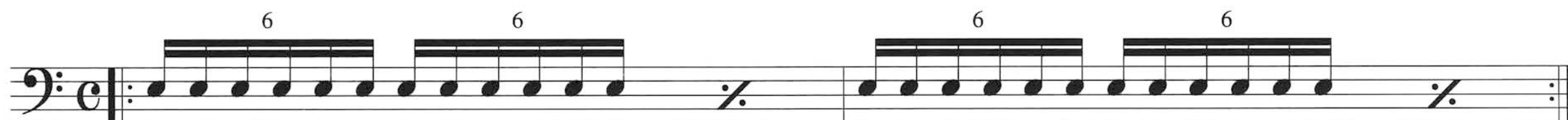
- 基本的なトリプレットを自在にコントロールできるようにするための練習です。

### 練習方法

- 始めはゆっくり、パターンごとに練習します。それから全部のパターンを通して叩いてみましょう。

### ポイント

- スティッキングは流れるように、またムラのないようにしましょう。トリプレットが16ビートに感じられたら、それは誤りです。



a-	R	L	R	L	R	L	R	L	R	L	R	L	∕	R	R	L	L	R	R	L	L	R	R	L	L	∕
b-	$\overset{>}{R}$	L	L	$\overset{>}{R}$	L	L	$\overset{>}{R}$	L	L	$\overset{>}{R}$	L	L	∕	R	R	L	L	R	R	L	L	R	R	L	L	∕
c-	R	R	$\overset{>}{L}$	R	R	$\overset{>}{L}$	R	R	$\overset{>}{L}$	R	R	$\overset{>}{L}$	∕	R	R	L	L	R	R	L	L	R	R	L	L	∕

# exercise3

- a : inverted paradiddle ----- リヴァース・パラディドル
- b : single stroke and windmill ----- シングル・ストローク&ウインドミル
- c : paradiddle combination ----- パラディドル・コンビネーション

## 主な目的

- いろいろなパラディドルの練習です。“RLRR LLLL”, “RLLR LRRL”, それに“RRLR LLRL”という3通りのスティッキングは、ファンクやロックのグルーブやフィル・インでよく使われます。

## 練習方法

- メトロノームを使ってゆっくり始めましょう。各スティッキング・パターンごとに練習してから、すべてを通してみましょう。

## ポイント

- スティッキングのパターンが変わるところも、また16分音符から32分音符に移行するところも、スムーズに、粒の揃った音で演奏しなければなりません。



a-  $\overset{>}{R} \ L \ L \ \overset{>}{R} \ \overset{>}{L} \ R \ R \ \overset{>}{L} \ \overset{>}{R} \ L \ L \ \overset{>}{R} \ \overset{>}{L} \ R \ R \ \overset{>}{L} \ \overset{>}{R} \ L \ L \ \overset{>}{R} \ \overset{>}{L} \ R \ R \ \overset{>}{L}$   
 b-  $\overset{>}{R} \ L \ R \ L \ \overset{>}{R} \ L \ R \ L \ \overset{>}{R} \ L \ R \ L \ \overset{>}{R} \ L \ R \ L \ \overset{>}{R} \ R \ \overset{>}{L} \ \overset{>}{R} \ L \ L \ \overset{>}{R} \ \overset{>}{L}$



c- R L R L R L R L R L R L R L R L 1-  $\overset{>}{R} \ L \ R \ R \ \overset{>}{L} \ R \ L \ L$   
 2-  $\overset{>}{R} \ L \ L \ \overset{>}{R} \ \overset{>}{L} \ R \ R \ \overset{>}{L}$   
 3-  $\overset{>}{R} \ R \ \overset{>}{L} \ \overset{>}{R} \ L \ L \ \overset{>}{R} \ \overset{>}{L}$



# exercise4

- a : paradiddle-diddle triplet -----パラディドル・ディドル・トリプレット
- b : double paradiddle triplet-----ダブル・パラディドル・トリプレット
- c : six stroke roll triplet-----6ストローク・ロール・トリプレット

## 主な目的

- 引き続きトリプレットの練習です。パラディドル・ディドル, ダブル・パラディドル, 6ストローク・ロールを紹介します。どれも良く使われるスティッキング・パターンです。

## 練習方法

- メトロノームを使って, 始めはゆっくり練習しましょう。リラックスしてください。テンポを上げる前に十分なウォーム・アップを行ないましょう。

## ポイント

- 練習を続けるうちに, スティック・パターンを移行するのがスムーズになってゆきます。流れるようなトリプレットを保ちましょう。



a-	>	R	L	R	R	L	L	>	R	L	R	R	L	L	∕		
b-	>	R	L	>	R	L	R	R	>	L	R	>	L	R	L	∕	
c-	>	R	L	L	R	R	>	L	>	R	L	L	R	R	>	L	∕

## exercise5

- a : hand to hand flam-----ハンド・トゥ・ハンド・フラム  
b : flam/flam taps -----フラム／フラム・タップ  
c : flam/flam accent -----フラム／フラム・アクセント

### 主な目的

- 重要なルーディメントを3パターン取り上げます。フラム、フラム・タップ、フラム・アクセントです。これらは演奏のヴォキャブラリーを増やすだけでなく、手の動きを正確にするのにも役立ちます。

### 練習方法

- メトロノームを使ってゆっくり始め、次第にスピード・アップします。装飾音符は、スティックを打面に対して低い位置に保ちながら正確に叩いてください。

### ポイント

- これらのルーディメントは手の動きをコントロールするのに役立ち、この後に出てくる難しいライド・パターンのための準備練習にもなります。

18

a

R L R L R L R L R L R L

19

b

R L R L R L R L R R L L R R L L R R L L

c

R L R L R L R L R L R L R L

# exercise6

- a : single drag-----シングル・ドラッグ
- b : drag/lesson 25-----ドラッグ／レッスン25
- c : triplet drag-----トリプレット・ドラッグ

## 主な目的

- シングル・ドラッグまたはラフ、そしてレッスン25と呼ばれるルーディメントの練習です。これらもまた手の動きを鍛えるのにとっても重要なパターンであり、さまざまな種類のグローヴで使うことができます。

20

## 練習方法

- メトロノームを使いゆっくり始めましょう。装飾音符は、スティックを打面に対して低い位置に保ちながら正確に叩いてください。あまり速く演奏する必要はありません。

## ポイント

- これらはダイナミクスをコントロールするための良い練習になりますし、これから練習する多くのグローヴにおいても非常に重要なパターンです。

a

R L R L R L R L

b

R L R L R L L R L R L L R L

c

R L L R L R R L R L L R L R R L R L L R L R R L R L L R L

21

## exercise7

- a : basic rock/funk beat 1 -----ベーシック・ロック／ファンク・ビート1  
b : basic rock/funk beat 2 -----ベーシック・ロック／ファンク・ビート2  
c : 16th note ballad beat-----16ビート・バラード  
d : the "ah of two" 16th note funk beat----ファンク・ビート(バス・ドラム16分ウラ)

### 主な目的

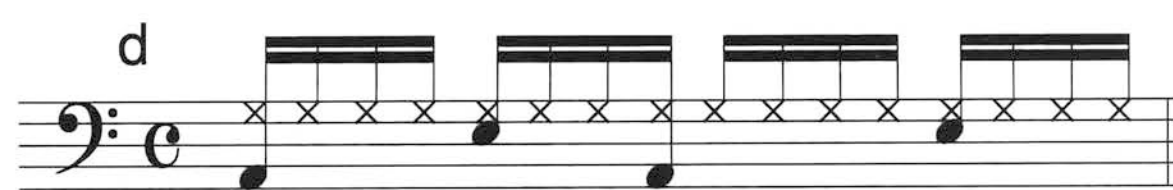
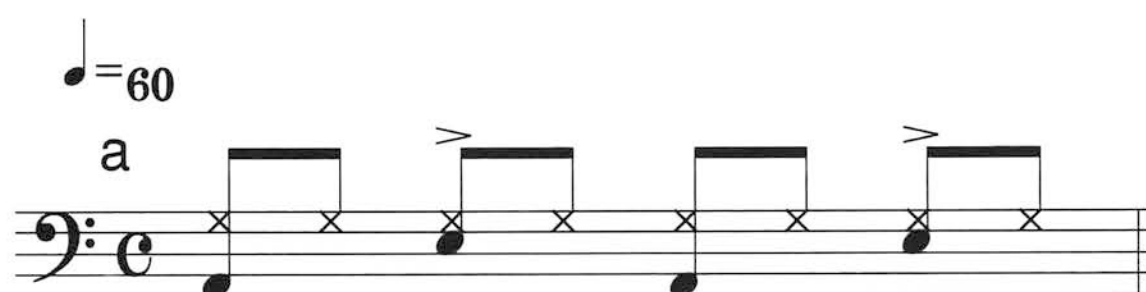
- ロックやファンクでよく見られるグルーブ・パターンを4つ紹介します。これらのでき次第で、後に出てくるグルーブ・パターンがどれだけマスターできるかが決まりますので、しっかり身に付けてください。

### 練習方法

- メトロノームを使い、ゆっくりとしたテンポで始めましょう。身体をリラックスさせ、椅子の上で重心のバランスをしっかりとります。手足が上手く連動しているか確認しながら練習してください。

### ポイント

- これらのグルーブにおけるフット・パターンは非常によく見られるものですが、4つのパターンはそれぞれ感じが違い、速くなったり遅くなったり、バランスが悪くなりがちです。注意しましょう。



## exercise8

- a : rock/funk hi-hat opening beat 1 ----- “ハイハット・オープン” ロック / ファンク・ビート1  
b : rock/funk hi-hat opening beat 2 ----- “ハイハット・オープン” ロック / ファンク・ビート2  
c : funky foot, rock/funk beat ----- “ファンキー・フット” ロック / ファンク・ビート  
d : basic songo beat (Afro Cuban) ----- ベーシック・ソング・ビート (アフロ・キューバン)  
e : funky mambo 1 (Afro Cuban) ----- ファンキー・マンボ1 (アフロ・キューバン)  
f : funky mambo 2 (Afro Cuban) ----- ファンキー・マンボ2 (アフロ・キューバン)

### 主な目的

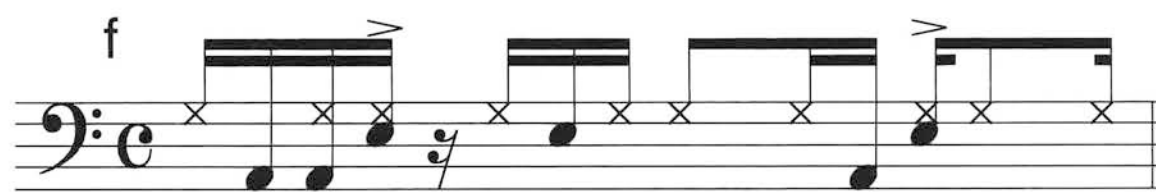
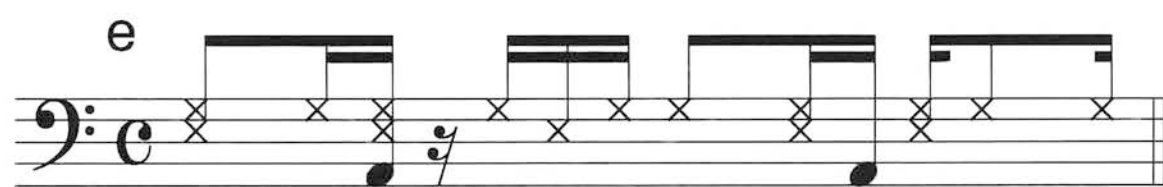
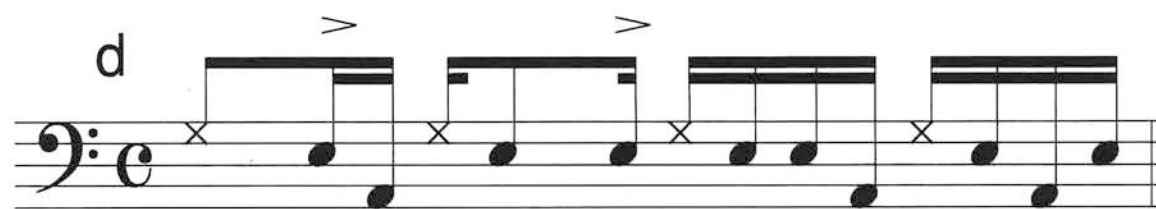
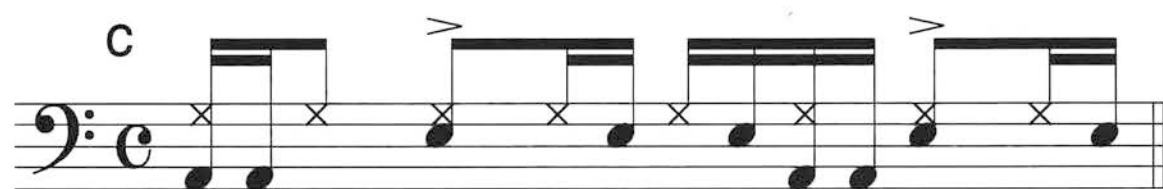
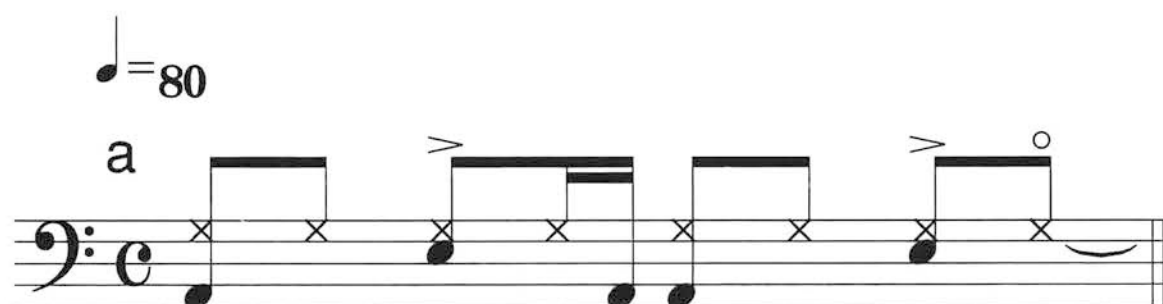
- ハイハット・オープンと、もう少し複雑なフット・パターンを学びます。スムーズに演奏するのは難しいパターンですが、よく耳にするものです。演奏のヴォキャブラリーを増やすために、ぜひマスターしてください。またここではアフロ・キューバンの典型的なグルーヴも3つ紹介しています。dがソング、eとfがファンキーなマンボです。

### 練習方法

- いつものようにメトロノームを使いゆっくり始めましょう。ハイハットとバス・ドラム、あるいはスネアとシンバルの関係などを確認しながら、それぞれのグルーヴを区切って練習するとよいでしょう。こうしたやり方は、より難しいグルーヴ・パターンを学ぶ際にも応用できます。

### ポイント>

- ここではファンクやラテンのグルーヴ・パターンについて学んでいます。これらの感じをつかむには、やはりこの手の音楽をよく聴くことが大切でしょう。



## exercise 9

- a : basic walking shuffle -----ベーシック・ウォーキング・シャッフル  
b : basic rock shuffle -----ベーシック・ロック・シャッフル  
c : syncopated shuffle -----シンコペート・シャッフル  
d : double paradiddle bembé beat (West African) --ダブル・パラディドル・ベンベ(西アフリカ)・ビート

### 主な目的

- もっとも重要なリズムのひとつ、シャッフルについて学びます。残念なことに、シャッフルを上手く演奏できるドラマーはそう多くはありません。ここで紹介した基本的なシャッフルをしっかりマスターしてください。これらのパターンは手足のコントロールをつける練習になりますし、手持ちのグルーヴ・パターンとしてもぜひ身に付けておきたいものです。またdではアフリカの8分の6拍子のフィールであるベンベも取り上げています。

### 練習方法

- それぞれのグルーヴがうまくコントロールできるようになったら、シャッフルとベンベがどう共通しているかを耳と身体で理解するために、全てのパターンを続けて演奏してみてください。

### ポイント

- ジャズのスウィング感を、シャッフルを演奏する際にも出すようにしましょう。両者は近い関係にあるのです。ブルースやポップスのシャッフル、そしてジャズを聴くことで、あなたの音楽の幅は広がり、シャッフルの感覚も養われるでしょう。

♩=90

a

b

c

d

R L R L R R L R L R L L

# exercise 10

- a : syncopated, hi-hat opening, ghost shuffle --- “ゴースト” シャッフル (シンコペート, ハイハット・オープン)
- b : ghost rock shuffle----- “ゴースト” ロック・シャッフル
- c : syncopated, L.A. style shuffle ----- LAスタイル・シンコペート・シャッフル
- d : contemporary bembé beat ----- コンテンポラリー・ベンベ・ビート

## 主な目的

- exercise 9の発展形です。少しシンコペートしたり, ゴースト・ノートやハイハット・オープンなどが加わっているため, シャッフルのグルーヴにまた違った表情が生まれています。

## 練習方法

- ゆっくり始め, バランスに注意を払い, それぞれのグルーヴに合った適度なダイナミクスを付けるようにしましょう。

## ポイント

- 新しく加えた要素がグルーヴ自体の流れに影響を及ぼすようではいけません。そして複雑なシャッフルは音楽に応じて使い分けることが必要です。シンプルでグルーヴ感あるシャッフルが求められていることの方が多いからです。

♩ = 92

a

b

c

d

R L R L R L R L R L R

# exercise 11

- a : funk shuffle/hip-hop beat ----- ファンク・シャッフル／ヒップホップ・ビート
- b : "jazz beat" hip-hop beat ----- ジャズ風ヒップホップ・ビート
- c : rock/hip-hop ----- ロック／ヒップホップ

## 主な目的

- ここで紹介するのは、一般的にはヒップホップ、スウィング・ファンク、ゴー・ゴーなどと呼ばれているものです。基本的には16分音符をスウィングさせます。これらのグルーブをマスターすることで、スウィングとファンクが関連していることが一層よく理解できるようになるでしょう。どれもこの手の音楽では典型的なパターンです。

## 練習方法

- 身に付いてきたらストレート・アヘッドなジャズを聴いてみてください。ヒップホップとジャズとが似ていることがわかります。そしてジャズ・ビートを8小節演奏してから、それをヒップホップ・ビートに変換して演奏するような練習をしてみるといいでしょう。

## ポイント

- ヒップホップにはジャズとファンクに共通するリズムがあります。そしてそういった感覚を持つことで、あなたはオールラウンドなプレイヤーになっていくのです。

$\text{♩} = 94 \quad \text{♪} = \text{♪} \frac{3}{4}$

a

$\text{♪} = \text{♪} \frac{3}{4}$

b

$\text{♪} = \text{♪} \frac{3}{4}$

c



# exercise 12

- a : ghost hip-hop beat-----“ゴースト”ヒップホップ・ビート
- b : alternating hands hip-hop beat-----“オルタネイト・ハンド”ヒップホップ・ビート
- c : open hi-hat, jazz/hip-hop beat -----“オープン・ハイハット”ジャズ/ヒップホップ・ビート

## 主な目的

- ヒップホップのグルーブをさらに発展させてみましょう。ここで紹介するのは典型的なものではありませんが、こういったパターンによって、ちょっと持ち味の違った面白みのある演奏をすることができます。

## 練習方法

- いつもの通り、メトロノームを使ってゆっくりのテンポから始めます。それぞれのグルーブをうまくコントロールできるようになったら、ひとつのパターンを4小節か8小節続けて次のパターンへ進む、という練習をしましょう。その際、パターン同士がスムーズにつながるよう注意してください。

## ポイント

- 大きな音量で演奏することはありません。多くのドラマーは、このようなグルーブではつい強く叩きすぎてしまいがちですが、それではサウンドを均一に保つことが難しく、しかも粗くなってしまいます。ビートさえしっかりしていれば強く叩く必要はないのです。

♩ = 94    ♪ =  $\frac{3}{7}$

a

L R    L R L L R L    R L    R R

♪ =  $\frac{3}{7}$

b

L R    R L    L R    R L R L

♪ =  $\frac{3}{7}$

c

# exercise 13

- a : hi-hat foot, funk beat 1 ----- “フット・ハイハット”ファンク・ビート1
- b : hi-hat foot, funk beat 2 ----- “フット・ハイハット”ファンク・ビート2
- c : hi-hat foot, funk beat 3 ----- “フット・ハイハット”ファンク・ビート3
- d : traditional mambo----- トラディショナル・マンボ

## 主な目的

- ストレートなファンク/ロック・フィールにおいて、さらなるヴォキャブラリーを身に付けるのが目的です。ここではハイハットのフット・パターン、シンバルのライド・パターンが含まれており、これまでよりも細かい動きが入っています。手足を連動させるための良い練習になりますが、実際の演奏では音楽的に適切と思われる時にだけ使うようにしましょう。

## 練習方法

- 手足の動きに関してひとつずつ個別に取り組むようにすると、うまくコントロールできるようになります。例えばスネア、バスドラム、足によるハイハットの音量は一定に保ちつつ、ライド・シンバルの音量のみに変化をつけてみる、といった練習がとても効果的なのです。

## ポイント

- 複雑なグルーブが良いグルーブとは限りません。複雑なテクニックは、あくまでもグルーブに味わいを加えるにすぎないのです。明快で基本的なグルーブの方が、音楽的にハマることがよくあるものです。

♩ = 104

a

b

c

d

# exercise 14

- a : advanced hi-hat foot, funk beat1 -----アドヴァンス“フット・ハイハット”ファンク・ビート1
- b : advanced hi-hat foot, funk beat2 -----アドヴァンス“フット・ハイハット”ファンク・ビート2
- c : advanced hi-hat foot, funk beat3 -----アドヴァンス“フット・ハイハット”ファンク・ビート3
- d : funky songo -----ファンキー・ソング

## 主な目的

- exercise13の発展形です。ハイハットのフット・パターンがあまり一般的なものではありませんが、それでも音楽的です。手足の独立性を養うのに効果的な練習でもあります。

## 練習方法

- ドラム・セットに向かってきちんと座り、身体のバランスを保つよう心がけてください。そしてまずは右足、次に左足という具合に、それぞれのパートの練習から始めるとよいでしょう。

## ポイント

- 自分で何かのアイデアを思いついた時は、それが音楽として、またフレーズとして適切なものかどうかを検討しましょう。これといった理由もなくパターンを複雑にしたりしてはいけません。そうしてできたパターンは不自然で非音楽的に聴こえるものです。

♩ = 88

a b c d

# exercise 15

- a : the double shuffle-----ダブル・シャッフル
- b : the "jazz beat" blues shuffle-----ジャズ風ブルース・シャッフル
- c : the half-flat tire shuffle -----“ハーフ・フラット・タイヤ”シャッフル
- d : bembe variation-----ベンベ・ヴァリエーション

## 主な目的

- 新しいシャッフルをいくつか学びましょう。ブルースやジャズでは、先ほど挙げたシャッフルよりもこちらの方がよく使われます。しかしすべては深く関連しています。またアフリカの8分の6拍子のグルーヴ・パターンであるベンベも、ここでもうひとつ紹介します。これもまたシャッフルとかなり似ているのです。

## 練習方法

- 全体の感じがつかめてきたところで、シンバルのパターンに注意を向けます。スティックは常に軽めに持ち、均一で流れるような演奏を心がけましょう。

## ポイント

- ここにあげたシャッフルはどれも典型的なものなので、しっかりマスターしましょう。できるだけリラックスしてなめらかに演奏するようにしてください。シャッフルとベンベを交互に演奏する練習もしてみましょう。テクニックが付くだけでなく、両者の類似点も理解できるようになります。

♩ = 112

a

b

c

d

# exercise 16

- a : advanced shuffle 1 ----- アドヴァンス・シャッフル1
- b : advanced shuffle 2 ----- アドヴァンス・シャッフル2
- c : advanced shuffle 3 ----- アドヴァンス・シャッフル3
- d : advanced bembé beat ----- アドヴァンス・ベンベ・ビート

## 主な目的

- 引き続きシャッフルを学びます。ここにみられるハイハットのフット・パターンやシンバルのパターンはあまり馴染みのないものかもしれませんが。しかしこれらを使うことで音楽に味わいを加えることができます。dはシャッフルとベンベを混合したようなグルーヴです。

40

## 練習方法

- 難しいパターンは要素を分解してゆっくり演奏してみるとよいでしょう。まずは右手と右足だけで練習し、その後左足を加えてみるのもひとつの方法です。感じがつかめてきたら部分的に見るのはやめて、パターン全体をひとつの音楽のフレーズとして理解していくようにしましょう。

## ポイント

- この手のものは、流れるようにスムーズに演奏することが大切です。身体の重心のバランスに注意してください。

♩ = 120

a b c d

41

# exercise 17

- a : advanced hi-hat foot, hip-hop beat 1 -- アドヴァンス“フット・ハイハット”ヒップホップ・ビート1
- b : advanced hi-hat foot, hip-hop beat 2 -- アドヴァンス“フット・ハイハット”ヒップホップ・ビート2
- c : foot splash, hi-hat/hip-hop beat ----- “フット・スプラッシュ”ヒップホップ・ビート

## 主な目的

- スウィングする16ビートであるヒップホップをさらに練習しましょう。前に練習したヒップホップのパターンより馴染みが薄いかもしれませんが、手足の独立性を保ちながら音楽的に演奏することにチャレンジしてください。

## 練習方法

- 始めはゆっくりとしたテンポで練習し、それをミディアム・テンポにもっていきましょう。パターンはどれも感じが違います。パターンを4小節または8小節ごとに覚えて演奏してみましょう。テンポを一定に保つ練習になります。

## ポイント

- ハイハットのフット・パターンがグルーヴ感を生み出す重要な要素になっていることを意識してください。

♩ = 90    ♪ =  $\frac{3}{7}$

a

♪ =  $\frac{3}{7}$

b

♪ =  $\frac{3}{7}$

c

# exercise 18

- a : advanced, ghost hip-hop beat -----アドヴァンス“ゴースト”ヒップホップ・ビート
- b : advanced, hi-hat foot, hip-hop beat----アドヴァンス“フット・ハイハット”ヒップホップ・ビート3
- c : double ride hip-hop beat-----ダブル・ライド”ヒップホップ・ビート

## 主な目的

- exercise17に続き、さらに難しいヒップホップのパターンを練習します。ここで紹介するグルーブには、あまり一般的ではないハイハットのフット・パターン、cで見られる16分音符のトリプレットやシンバルとハイハットの同時打ちなど、かなり高度なアイデアが入っています。手足の独立性を保ちながら音楽的に演奏することが重要です。

## 練習方法

- 始めはゆっくり、フレーズの各パートを分解して、身体のバランスを考えながら練習します。強く叩きすぎないように注意しましょう。タイミングが正確で、適度な音量があればいいのです。

## ポイント

- ここで紹介しているグルーブには、一般的なドラム・テクニックの中でも最も高度なものが含まれています。これらを演奏するには、ハンド・テクニック、手足の独立性、ダイナミクスのコントロールのすべてが必要とされます。

$\text{♩} = 84$     $\text{♪} = \text{♪} \frac{3}{7}$

a

$\text{♪} = \text{♪} \frac{3}{7}$

b

$\text{♪} = \text{♪} \frac{3}{7}$

c

# exercise 19

- a : "ruff the foot" rock beat-----ラフ打ちバス・ドラム”ロック・ビート  
b : up tempo rock-----アップ・テンポ・ロック

## 主な目的

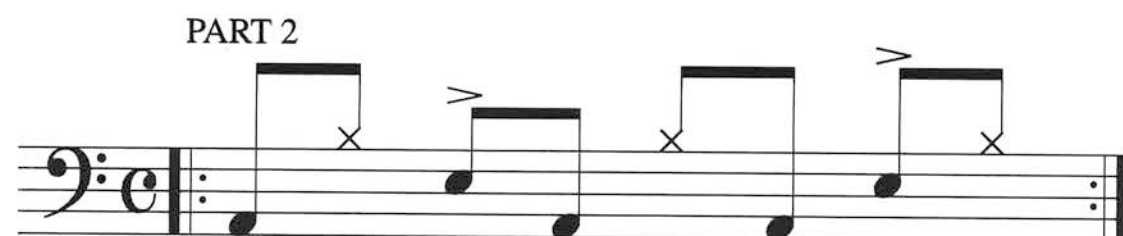
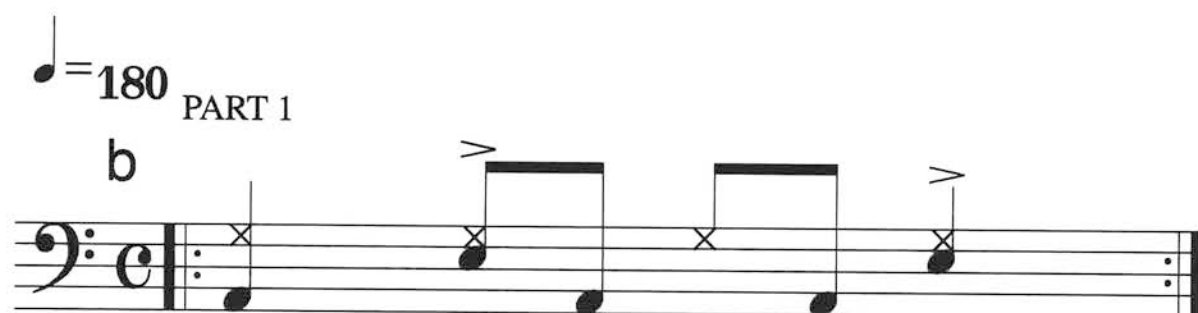
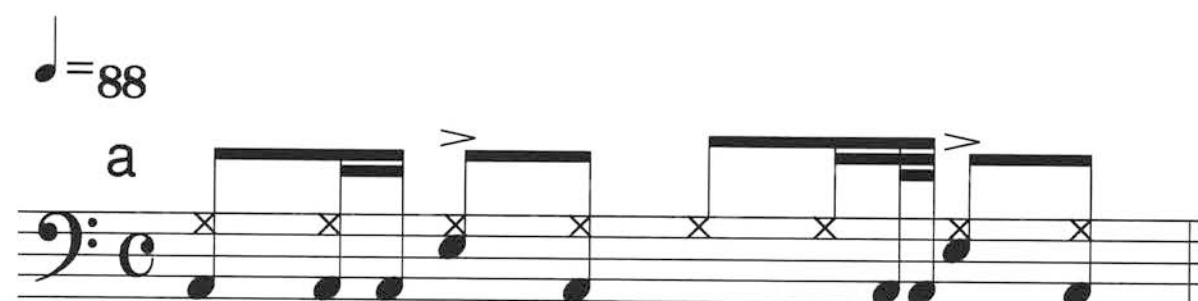
- よりヘヴィなロック・ビートの練習です。ひとつ目のaはゆっくりとしたテンポのもので、4拍目に入る直前でバス・ドラムをラフで演奏しています。これが面白いサウンドを生み、またこの練習によって足の筋力がついてきます。ふたつ目のbはアップ・テンポのもので、特に後半のPART2はこの手のパターンに面白味を加えるためのひとつの方法です。身体の重心がとれていないと上手く演奏できません。

## 練習方法

- この練習をやる前にウォーミングアップをしてください。バス・ドラムを叩く足はなるべくリラックスさせ、身体の重心をしっかりと取りましょう。そうしないとグルーブ感を出すのが難しくなります。

## ポイント

- この手のグルーブ・パターンは、テンポやダイナミクス次第で善し悪しが決まるので、そのための良い練習にもなります。





## exercise20

- a : the Jeff Porcaro style foot ruff shuffle ジェフ・ポーカロ風“ラフ打ちバス・ドラム”シャッフル  
b : heavy rock hip-hop beat -----ヘヴィ・ロック・ヒップホップ・ビート

### 主な目的

- シャッフルやヒップホップにおける、いろいろなバス・ドラム・パターンの練習です。

### 練習方法

- メトロノームを使いゆっくり練習してください。どちらのパターンも、最初はハイハットとバス・ドラムのみで練習してみましょう。足はリラックスさせてください。

### ポイント

- テクニックが高度だと、それに集中し過ぎて、他の身体の部分が緊張して固くなってしまったりしますので気を付けましょう。

48

49

The image shows two musical staves, labeled 'a' and 'b', in bass clef with a common time signature (C).  
Staff 'a' is titled 'the Jeff Porcaro style foot ruff shuffle'. It features a tempo marking of a quarter note = 88-92. The pattern consists of four measures, each containing a triplet of eighth notes. The first and third measures have an accent (>) over the first note, while the second and fourth measures have an accent over the second note. The notes are G2, F2, E2 in the first measure, and G2, F2, E2 in the second measure, with the same sequence in the third and fourth measures.  
Staff 'b' is titled 'heavy rock hip-hop beat'. It features a tempo marking of a quarter note = 7/8 with a triplet of eighth notes above it. The pattern consists of four measures, each containing a triplet of eighth notes. The first and third measures have an accent (>) over the first note, while the second and fourth measures have an accent over the second note. The notes are G2, F2, E2 in the first measure, and G2, F2, E2 in the second measure, with the same sequence in the third and fourth measures.

# exercise21

- a : 32nd note, embellished funk beat ----- “32分装飾音符入り”ファンク・ビート
- b : up tempo, James Brown style funk beat---ジェームズ・ブラウン風ファンク・ビート(アップ・テンポ)
- c : advanced funky samba-----アドヴァンス・ファンキー・サンバ

## 主な目的

- ストレートなファンクまたはロックを、ゴースト・ノート、ダブル・ストローク、ハイハット・オープンで装飾する練習をします。cはファンクとブラジル音楽のサンバを掛け合わせた感じのもので、手足の独立性が要求されます。

50

## 練習方法

- aとbは、ハンド・テクニックがしっかりしていることが大事です。ウォームアップをして手の動きを確実にしておいてください。cは、最初はフレーズの各パートを分解しながらゆっくり練習して、感じをつかむようにしましょう。

## ポイント

- ここで取り上げたグルーヴ・パターンは難しいものばかりですが、演奏は音楽的になるように心掛けましょう。

51

♩=94

a

RLR R L R L R L R L R LLRRL

♩=120

b

♩=104

c

## exercise22

a : advanced bembé/splash hi-hat foot ---アドヴァンス“フット・スプラッシュ” ベンベ

b : advanced hi-hat opening shuffle-----アドヴァンス“ハイハット・オープン” シャッフル

### 主な目的

- 複雑なハイハットのフット・パターンやハイハット・オープンを使ったシャッフルを学びます。練習していくうちに手足が思うように動かせるようになります。

### 練習方法

- リラックスして演奏しましょう。身体の重心に気を付けてください。基本となるシャッフルを自分で選んで、それを練習してからここにあるシャッフルを演奏してみましょう。この手の複雑なパターンを練習することで、なめらかで流れるようなトリプレットを演奏することができるようになります。

### ポイント

- これらのグルーブ・パターンはかなり難しいはずですが。たいていのドラマーはトリプレットに慣れていないからです。したがって、できないうちは、こういったグルーブ・パターンを自分のレパートリーにはしない方が良いでしょう。

52

53

The image shows two musical staves for exercise 22. Both are in common time (C) and bass clef. Part 'a' is marked with a tempo of 118 and consists of four measures of a triplet pattern. Each measure contains a triplet of eighth notes on the upper staff and a triplet of eighth notes on the lower staff. The first and third notes of each triplet are marked with an 'x' in a circle. Part 'b' is marked with a tempo of 100 and consists of eight measures of a more complex triplet pattern. Each measure contains a triplet of eighth notes on the upper staff and a triplet of eighth notes on the lower staff. The first and third notes of each triplet are marked with an 'x' in a circle. The notation includes various accents and dynamic markings.

# exercise23

- a : advanced, four stroke ruff, hip-hop beat---アドヴァンス“4ストローク・ラフ”ヒップホップ・ビート
- b : up tempo, six stroke, hip-hop beat-----“6ストローク”ヒップホップ・ビート(アップ・テンポ)

## 主な目的

- ハイハットでの16ビートのトリプレットや、ハイハットとスネアの複雑なコンビネーションを利用したヒップホップを紹介します。ここではハンド・テクニクが重要になります。

## 練習方法

- この練習に入る前にウォームアップを十分にしてください。最初はフット・パターンを省略し、左右のハンド・パターンのみで練習してみましょう。ゆっくりしたテンポできちんと叩けていることを確認してから、テンポを徐々に上げていきます。

## ポイント

- ハンド・テクニクができていないと、この手のグルーブ・パターンは演奏できません。ルーディメントの練習は欠かさず行ないましょう。

54

♩=92 ♪♪ = ♪♪

a

LRRLR L R R L R R L

55

♩=116

b

R R L R L L R R L R L R L R L R L L R R L R L R R L

# exercise24

- a : basic fill 1 -----ベーシック・フィルイン1
- b : basic fill 2 -----ベーシック・フィルイン2
- c : basic fill 3 -----ベーシック・フィルイン3
- d : triplet fill 1 -----トリプレット・フィルイン1
- e : triplet fill 2 -----トリプレット・フィルイン2
- f : triplet fill 3 -----トリプレット・フィルイン3

## 主な目的

- 1小節からなる8ビートと16ビートのフィルインを3つと、やはり1小節からなるトリプレットのフィルインを3つ紹介します。これらをマスターして、自分でもフィルインが作れるようになります。

## 練習方法

- グルーヴ・パターンを3小節演奏してから、4小節目にフィルインを入れるというパターンで練習していきます。グルーヴ・パターンは7小節でもいいでしょう。グルーヴとフィルインがスムーズに流れるようにしてください。

## ポイント

- 演奏する際はグルーヴとフィルインというように分けて考えずに、ひとつのメロディ・ラインと捉えてプレイしてみてください。分けて考えてしまうと、演奏自体もそのように聴こえてしまうものです。

♩=86

a

L R L R L R

♩=104

b

R L L R L R L R L L R L

♩=112

c

R L L R L L R

♩=108

d

R L R L L R L L R L R L

♩=110

e

L R R L R R L

♩=124

f

R L R R L R R L

# exercise25

- a : advanced fill 1 -----アドヴァンス・フィルイン1
- b : advanced fill 2(triplet version) -----アドヴァンス・フィルイン2(トリプレット)
- c : advanced fill 3(triplet version) -----アドヴァンス・フィルイン3(トリプレット)
- d : advanced fill 4 (32nd note version) ----アドヴァンス・フィルイン4(32分音符)

## 主な目的

- いろいろなビートを使用したフレーズを4つ紹介します。

58

## 練習方法

- フィルインやフレーズの感じは最初につかんでおきましょう。慣れてきたらグルーブに合わせて演奏します。身に付けたことはすべて、グルーブの流れの中で使うことが重要なのです。また多くのドラマーは、あるフレーズを特定のテンポで練習するだけで、それを他に応用しようとはしないものです。しかしどんなフレーズであれ、それをグルーブの流れの中でマスターしていかないかぎり、実際の曲で使えるようにはなりません。

## ポイント

- 自分なりのフィルやソロ・プレイも考えてみましょう。私はトリプレットやデュプレット(3個の同じ音符を2分割したもの)を使ってフレーズを作ったりしています。紹介したパターンをマスターするだけでなく、自分でもいろいろなパターンを考えてみましょう。

♩=96  
a

R L R    R L R L

♩=108  
b

R L R    R L

♩=104  
c

R L R L    R L R L    R

♩=88  
d

R L R L    R L R L    R L R L    R L R L    R

59

## デモ演奏について

### demonstration 1

#### Drum Solo

このデモでは教則パートで紹介しているグルーブ・パターンを使って演奏してみました。ジェイムズ・ブラウン風にしてみたり、ファンキーなサンバでプレイしているところもあります。インプロヴィゼーションも多少含まれています。

一番のポイントはテンポを守って演奏することです。テクニックがしっかりしていれば、楽器を自分なりに自由に操ることができます。したがって、グルーブ感のある演奏やインプロヴィゼーションもあらゆるテンポでできなければいけません。

またここでの演奏は、私が普段行なっている練習の一例でもあります。メトロノームまたはドラム・マシンを一定のテンポで鳴らし、それに合わせて適当な時間演奏し続けるわけです。ハシったりモタったりしないよう、クリック音に注意しながら、テンポをきちんととってグルーブ・パターン、フィル・イン、インプロヴィゼーションなどの練習をします。みなさんも常にテンポを維持する練習を行なってください。

またダイナミクスにも気を付けましょう。このデモでの私の演奏に、いかにダイナミクスがあるか聴いてみてください。テンポを保ちダイナミクスを出すことができるということは、すなわち楽器がコントロールできているということです。

### demonstration 2

#### Funk 16 Beat Style

私のアルバム『The Dig』からとった、2つのファンク・グルーブによる演奏です。

前半はミディアム・テンポ、後半はそれよりも少しアップ・テンポで演奏しています。この手のグルーブをベーシスト(ここではアンソニー・ヴィッティ)と一緒に演奏するときは、必ずどちらかがテンポをキープしたプレイをしていることが大切です。

どちらのパターンもかなり細かいので、しっかりとしたコントロールが要求されます。

みなさんがこれに挑戦する時は、ゆっくりしたテンポから始めてみてください。

### demonstration 3

#### Swing/Shuffle or Blues/Jazz 4 Beat Style

12小節のブルース形式によるシャッフルです。ハーフ・タイムのシャッフルで始まり、やがてそれがスムーズでL.A.的とも言うべきシャッフルになっていきます。それからロック・シャッフル、ブルース・シャッフルがあって、最後は2倍のテンポのスウィングになります。重要なのはグルーブの変り目をスムーズにつなぐことです。皆さんもこのデモのようなやり方で練習してみてください。

### demonstration 4

#### Latin and Advanced Groove

アフロ・キューバンのグルーブ、ソングとマンボを使って演奏しています。簡単なマンボで始まり、ファンキーなソングに移り、最後はベースラインの上でドラム・ソロを行ないました。

すべてのグルーブに似通ったフレーズが登場していることに気付いてください。このようにグルーブ同士の関連性を意識すると、ラテン音楽はより容易にマスターできます。またビデオ全体を見たあとでは、ファンクとラテンのグルーブ・パターンが似ていることにも気付いていることでしょう。

demonstration 5

“Just Funky”

composed by Tomo Fujita

## おわりに

自分はまず何よりもミュージシャンである、という自覚がドラマーには必要です。優れたドラマーは曲に対するセンスを持ち、音楽に即した演奏ができるものです。

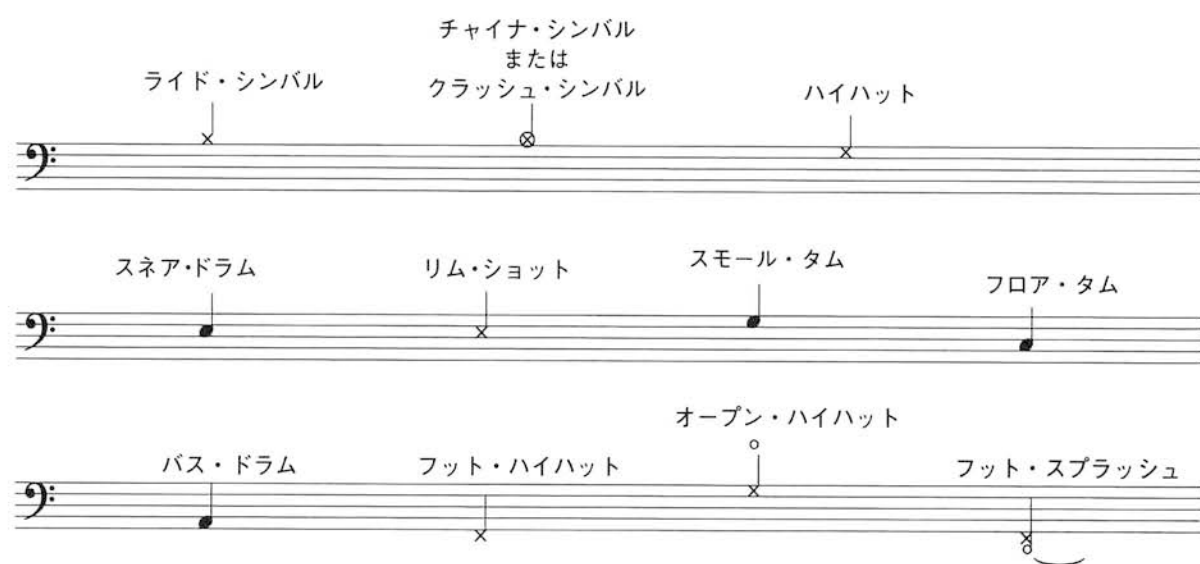
ですからみなさんも、ただ単に練習するだけでなく、できる限り多くの音楽を聴くようにしてください。

多くのフレーズを身に付けることがドラマーにとって最も重要なことなわけではありません。演奏するすべての音に、必然性がなければならないのです。テンポ、そしてダイナミクスのコントロールこそが、音楽においてドラムに科せられた使命です。

よくあることですが、私の生徒が何かをうまくプレイできない時、彼らはプレイの仕方を知らないのではなく、それをコントロールできないだけなのです。良いドラマーになるには、音楽を知り、理解し、覚えたことを実際に何度も練習することによって自分のものにしておくことが大事です。

音楽にインスパイアされて、演奏したいという気持ちになってくればしめたものです。そうすれば、その他のことは自然とついてくるものです。

## 譜面の見方



## プロフィール

1989年よりバークリー音楽院にて教鞭を執る。

ロック、ジャズ、ファンク、R&B、ブルース、ラテン、アフリカン、フォーク、カントリー、ポップス等あらゆるジャンルに精通し、現在は助教授として同校ドラム／パーカッション部門では、最も多忙で人気の高い教師の一人となっている。

世界各国で様々な演奏活動やレコーディング・セッションも行っており、ミュージカル『Rent』での演奏や、タイガー大越、ポーラ・コール、ウォーレン・ヒル、ジョナサン・ブルック、ジェームス・モンゴメリー、ステイヴ・フォーバート、マーサ・リーヴス、メラニー、ヴィニー・ムーア、ジミー・アール、ザ・カーリッジ・ブラザーズらとの共演、ステイヴ・スミス、トミー・キャンベル、ジェリー・ブラウン等のドラマーとの共演もある。

1stアルバム『The Dig』はベーシストのアンソニー・ヴィッティと共演した作品。その他に著書もあり、ドラム・クリニックも行っている。

## ラリー・フィン・ホームページ

<http://larryfinn.com>

Larry Finn endorses Zildjian cymbals and Vic Firth drum sticks



演奏能力開発エクササイズ

『ドラマーのための演奏能力開発エクササイズ』解説書

■採譜・解説／ラリー・フィン

■翻訳／ミカ・ゴーインズ

■浄書／松尾英樹

■DTP／波多江潤子

■企画制作／株式会社リットーミュージック

※無断複製・転載を禁ずる

VW-177