

寅 奏 能 口 開 発 エ ク サ イ ズ

ト
マ
マ
の
た
め
の

解説書

採譜・解説 / ラリー・フィン

目次

はじめに	4
------	---

PART 1

ベーシック・グルーヴ・エクササイズ	5
-------------------	---

exercise 1	ハイハット・パターンをチェンジ	5
exercise 2	スネア&バス・ドラム・パターンをチェンジ1	6
exercise 3	グルーヴをインプロヴァイズ1	7
exercise 4	グルーヴをインプロヴァイズ2	8
exercise 5	スネア&バス・ドラム・パターンをチェンジ2	9
exercise 6	スネア&ハイハット・パターンをチェンジ	10

PART 2

ルーディメント・エクササイズとコモン・ライド・コンセプト	11
------------------------------	----

exercise 7	スネアとバス・ドラムによるルーディメント・エクササイズ1	12
exercise 8	スネアとバス・ドラムによるルーディメント・エクササイズ2	13
exercise 9	スネアとバス・ドラムによるルーディメント・エクササイズ3	14
exercise 10	4分音符のコモン・ライド1	15
exercise 11	4分音符のコモン・ライド2	15
exercise 12	4・8分音符のコモン・ライド1	15
exercise 13	4・8分音符のコモン・ライド2(ハイハット)	16
exercise 14	4分音符のコモン・ライド3(ハイハット)	16
exercise 15	4分音符のコモン・ライド4(トリプレット系)	17
exercise 16	4・8分音符のコモン・ライド3(トリプレット系)	17

PART 3

ドラミング&シンギング・エクササイズ ベーシック編 (シンプルなリズムを歌う)	18
--	----

exercise 17	ドラミング&シンギング・エクササイズ1	18
exercise 18	ドラミング&シンギング・エクササイズ2	19
exercise 19	ドラミング&シンギング・エクササイズ3	19
exercise 20	ドラミング&シンギング・エクササイズ4	19
exercise 21	ドラミング&シンギング・エクササイズ5	20
exercise 22	ドラミング&シンギング・エクササイズ6	20
exercise 23	ドラミング&シンギング・エクササイズ7	21
exercise 24	ドラミング&シンギング・エクササイズ8	21

PART 4

ドラミング&シンギング・エクササイズ アドヴァンス編 (シンプルなリズム~メロディック・リズム~メロディを歌う)	22
---	----

exercise 25	ドラミング&シンギング・エクササイズ9	22
exercise 26	ドラミング&シンギング・エクササイズ10	23
exercise 27	ドラミング&シンギング・エクササイズ11	23

exercise 28	ドラミング&シンギング・エクササイズ12	24
exercise 29	ドラミング&シンギング・エクササイズ13	24
exercise 30	ドラミング&シンギング・エクササイズ14	25
exercise 31	ドラミング&シンギング・エクササイズ15	25
exercise 32	ドラミング&シンギング・エクササイズ16	26

PART 5

デュプレット(2連符)をベースにしたグルーヴ・エクササイズ (ルーディメント~ファンク/ロック~ブラジル~アフロ・キューバン)	27
--	----

exercise 33	デュプレット・グルーヴ・エクササイズ1	28
exercise 34	デュプレット・グルーヴ・エクササイズ2	28
exercise 35	デュプレット・グルーヴ・エクササイズ3	29
exercise 36	デュプレット・グルーヴ・エクササイズ4	29
exercise 37	デュプレット・グルーヴ・エクササイズ5	30
exercise 38	デュプレット・グルーヴ・エクササイズ6	31

PART 6

トリプレット(3連符)をベースにしたグルーヴ・エクササイズ (ルーディメント~シャッフル~6/8~スウィング)	32
--	----

exercise 39	トリプレット・グルーヴ・エクササイズ1	33
exercise 40	トリプレット・グルーヴ・エクササイズ2	33
exercise 41	トリプレット・グルーヴ・エクササイズ3	34
exercise 42	トリプレット・グルーヴ・エクササイズ4	35
exercise 43	トリプレット・グルーヴ・エクササイズ5	36
exercise 44	トリプレット・グルーヴ・エクササイズ6	36
exercise 45	トリプレット・グルーヴ・エクササイズ7	37

PART 7

スティッキングとフット・ハイハット・エクササイズ	38
--------------------------	----

exercise 46	パラディドル・エクササイズ1	39
exercise 47	パラディドル・エクササイズ2	39
exercise 48	パラディドル・エクササイズ3	40
exercise 49	パラディドル・エクササイズ4	40
exercise 50	ラタマキュー&バックワード・ダブル・パラディドル・エクササイズ1	40
exercise 51	ラタマキュー&バックワード・ダブル・パラディドル・エクササイズ2	41
exercise 52	ラタマキュー&バックワード・ダブル・パラディドル・エクササイズ3	41
exercise 53	ラタマキュー&バックワード・ダブル・パラディドル・エクササイズ4	41
exercise 54	フット・ハイハット・エクササイズ1	42
exercise 55	フット・ハイハット・エクササイズ2	42
exercise 56	フット・ハイハット・エクササイズ3	42
exercise 57	フット・ハイハット・エクササイズ4	43

デモ演奏について	44
----------	----

おわりに	46
------	----

プロフィール	47
--------	----

はじめに

「ドラマーのための演奏能力開発エクササイズ」の第三弾となる本作品は、リズムやグルーブの強化を目指したエクササイズ集です。具体的には、グルーブのポキャブラリーを増やし、向上させていくことにフォーカスを当てます。

今回は、ドラミング&シンギング・エクササイズという練習法が多く紹介されていますが、これはあなたのドラミングに非常に大きな効果を与えるはずと確信しています。

また、今回はグルーブという観点に立ったルーディメント・エクササイズや、ファンク、ジャズ、ブラジル、アフロ・キューバンなどの影響を受けた様々なグルーブも紹介していきます。

ただし、ここでも重要なのは、テンポとダイナミクスをコントロールすることです。そして、皆さんが良く耳にしている一般的な音の持つ重要性や、それらの感覚から受ける影響などについて、皆さん自身が気付いていく手助けになればとも思っています。

その他にも、いろいろと興味深いエクササイズを収録しましたので、どうか焦らずじっくりと、そして楽しんで練習してみてください。

注) 譜面はすべて、今回のエクササイズのためにラリー・フィン教授自らが書き出したものですが、DVDにおける実際の演奏では、今回のテーマであるリズム／グルーブを重視し、自由な感覚で変化を付けているところもあるため、譜面とは異なる部分もあります。その点は何卒ご了承ください。

PART1 ベーシック・グルーブ・エクササイズ

<主な内容と目的>

このパートでは、いくつかの基本的なグルーブ・コンセプトとアイディアについて紹介していきます。

これらのエクササイズは、この後に続く、かなりチャレンジを必要とするものも含めた様々なエクササイズに取り組むためのウォーミングアップ、または予習のようなもの、と理解してください。

<練習方法>

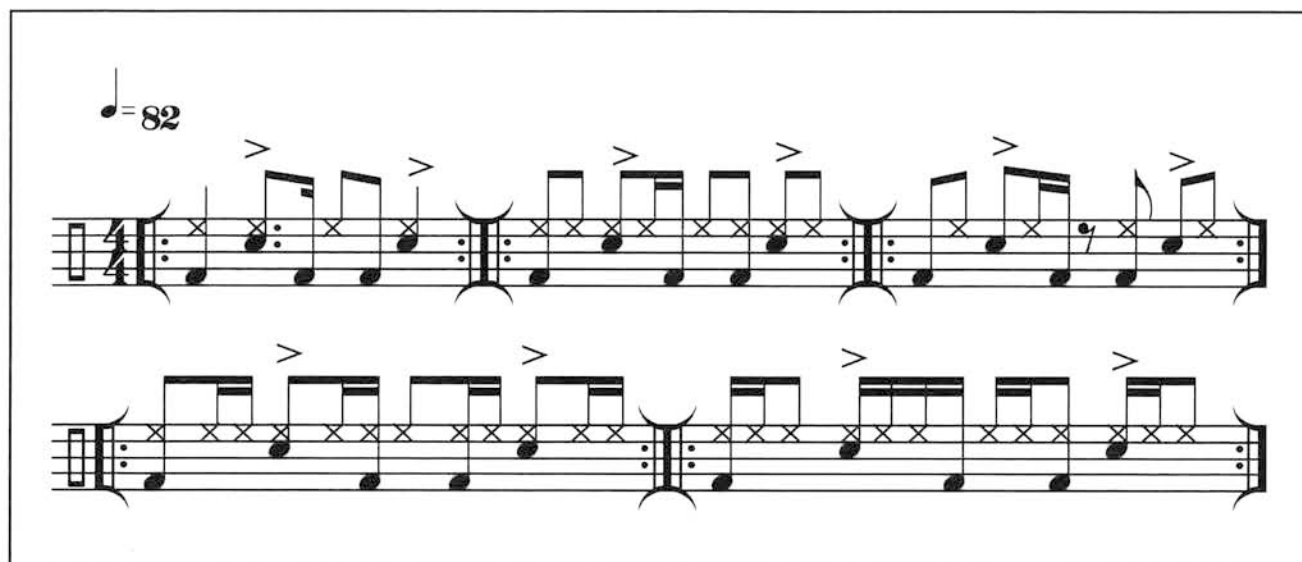
それぞれのエクササイズには、私が実際にプレイしたテンポが表記されていますが、常にゆっくりとしたテンポで始めてください。そして、練習する時は3~4種類の異なるテンポでプレイしてみることをお勧めします。テンポを速める時は、プレイの途中で徐々にテンポを上げるのではなく、一旦プレイを止め、メトロノームでテンポを設定し直し(メトロノームを使いましょう)、新たなテンポで叩き始めてください。

また、それぞれのテンポで自分なりのダイナミクスを即興的に作ってみましょう。例えば、最初の8小節はメゾフォルテでプレイし、次の8小節はピアノまたは別の音量でプレイ、というようにです。

とにかく、様々なテンポやダイナミクスのレベルでプレイできるようにすることが大切です。

exercise 1

ハイハット・パターンをチェンジ



The image shows two staves of musical notation for a drum exercise. The top staff is in 4/4 time and starts with a tempo marking of 82. It features a series of eighth and sixteenth notes with accents, and some rests. The bottom staff is in 4/4 time and features a series of eighth and sixteenth notes with accents, and some rests. The notation is designed to be played on a drum set, with the top staff representing the snare and the bottom staff representing the bass drum.

<ポイント>

●スネアとバス・ドラムのパターンは一定ですが、ハイハットのパートが変化していきます。ハイハットのパートが変わっていても、体のバランスをしっかりと保ち、スネアとバス・ドラムのパートが変化しないようにすることが大切です。それぞれのハイハット・パートの変化をしっかりと理解しましょう。

exercise 2

スネア&バス・ドラム・パターンをチェンジ1

♩=94

<ポイント>

●このエクササイズでは、バス・ドラムのパターンが変化していきます。バス・ドラム・パートが変化しても、右手(つまりハイハット・パート)が常に一定に保たれるように注意してください。自分にとって、どのパターンがハシったりモタったりするのか気付くようにしましょう。

exercise 3

グルーヴをインプロヴァイズ1

♩=112

<ポイント>

●ひとつのグルーヴを元に、それを少しずつインプロヴァイズしていく方法を見せるエクササイズです。それぞれ音を装飾していくたびに、常に上半身がリラックスしているか、テンポが一定かを確認してください。

exercise 4

グルーブをインプロヴァイズ2

♩ = 80

2

2

2

<ポイント>

●少しゆっくりとしたグルーブですので、インプロヴァイズしていても、常にスムーズなタイム感をキープできるように気を付けてください。そして、ひとつひとつの音や間(スペース)を大切にプレイしましょう。

exercise 5

スネア&バス・ドラム・パターンをチェンジ2

♩ = 108

3 > 3 3 > 3 3 > 3 3 > 3 3 > 3 3 > 3

3 > 3 3 > 3 3 > 3 3 > 3

3 > 3 3 > 3 3 > 3 3 > 3

<ポイント>

●ひとつのハイハット・パターンに対して、異なるバス・ドラム・パターンを取り入れていきます。このようなグルーブでは、テンポを落としても、バス・ドラムがハイハットと共にきちんと並んでプレイされているかがとても重要です。正確さを目指しましょう。

exercise 6

スネア&ハイハット・パターンをチェンジ

The musical notation for exercise 6 is presented in five staves. The tempo is marked as 112 bpm. The notation includes various rhythmic patterns for snare and hi-hat, with accents (>) and triplets (3) indicated. The patterns are designed to be played together to create a groove.

<ポイント>

●ハイハットのパターンが変わっても、常に一定のテンポをキープできるかがとても重要です。常に手をリラックスさせて、流れるようにハイハットをプレイしましょう。

PART 2

ルーディメント・エクササイズとコモン・ライド・コンセプト

ルーディメント・エクササイズ(exercise 7~9)

<主な内容と目的>

スネアとバス・ドラムによる、基本的なルーディメント・パターンを紹介します。ここでは、スネアとバス・ドラムによるベーシックなルーディメントのアイデアをおさらいして、グルーブを強化していきます。

<練習方法>

最初は、バス・ドラムを使わず、スネアのみでゆっくりと練習することをお勧めします。その後、バス・ドラムを加えて、スネアとバス・ドラムの関係をしっかりと感じ取れるようにしましょう。

プレイが乱れないように、常にうまくしっかりとプレイできるように心がけましょう。

スネアを一定に保って、バス・ドラムのダイナミクスを変えてみましょう。また、バス・ドラムを一定に保って、スネアのダイナミクスにも変化を付けてみましょう。

コモン・ライド・コンセプト(exercise 10~16)

<主な内容と目的>

私自身が「コモン・ライド・コンセプト」と呼んでいる、ほとんどのスタイルの音楽で使われているライド・パターンを紹介し、それらのパターンを異なるベーシック・パターンと合わせて使っていきます。

ここでは、「コモン・ライド」と呼ぶ一般的なライド・パターンが、異なるスタイルの音楽にどのように関連しているかという理解を深めていきます。

<練習方法>

まず最初は、ライド・パターンをしっかりと練習しましょう。それから、スネア、バス・ドラム、ハイハットの部分を別々に練習してみましょう。

グルーブのいかなるパートも、正確なアーティキュレーションでプレイできるようになるまでは、ゆっくりとしたテンポで練習してください。その後、異なるテンポやダイナミクスを使い、どのエクササイズでもしっかりとコントロールされたプレイができるように努めてください。

exercise 9

スネアとバス・ドラムによるルーディメント・エクササイズ3

●=160

R L L R L R R L

R L L R L R R L

R L R L R L R R L L

R R L L R R L L

R L R R L R L L R

L R L L R L R R L

R L L R L R R L R

L R R L R L L R L

L R L R L R L R L R

<ポイント>

●1・2・3という3カウントで、このフレーズに慣れるようにしましょう。すべてを続けてプレイする前に、各小節のアーティキュレーションに注意して、ゆっくりと練習してみましょう。後半は右手から始まるパターンと左手から始まるパターンがありますが、どちらも1拍目の最初の音がバス・ドラムと共によく、しっかりとプレイできるようにしましょう。

exercise 10

4分音符のコモン・ライド1

●=132

<ポイント>

●最初のパターンから次のパターンに移る時にハシらないように、そして最後のパターンの2拍目ウラのバス・ドラムが、突っ込み気味にならないように注意しましょう。これらは、多くのドラマーが陥る典型的な例です。

exercise 11

4分音符のコモン・ライド2

●=148

<ポイント>

●最初のパターンでは4拍目のバス・ドラムが、次のパターンではスネアとバス・ドラムを流れるようにプレイすることが、そして最後のパターンではハシらないようにすることが、このエクササイズの良い部分です。ゆっくりとしたテンポで始めて、正確さを目指しましょう。

exercise 12

4・8分音符のコモン・ライド1

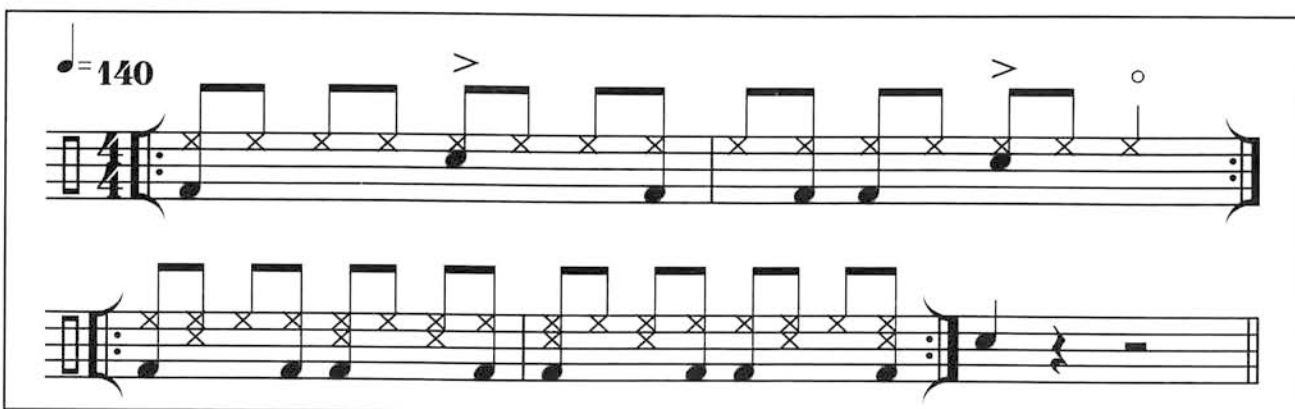
●=160

<ポイント>

●スネアとバス・ドラムが変化の中で、ライド・シンバルを一定にプレイするというのが、このエクササイズの良いところ。しばしば、スネアやバス・ドラムのプレイに引っ張られて、ライド・シンバルのフレーズが変わってしまうことがありますが、コントロール力を高め、それを防ぐことができるように練習しましょう。

exercise 13

4・8分音符のコモン・ライド2(ハイハット)

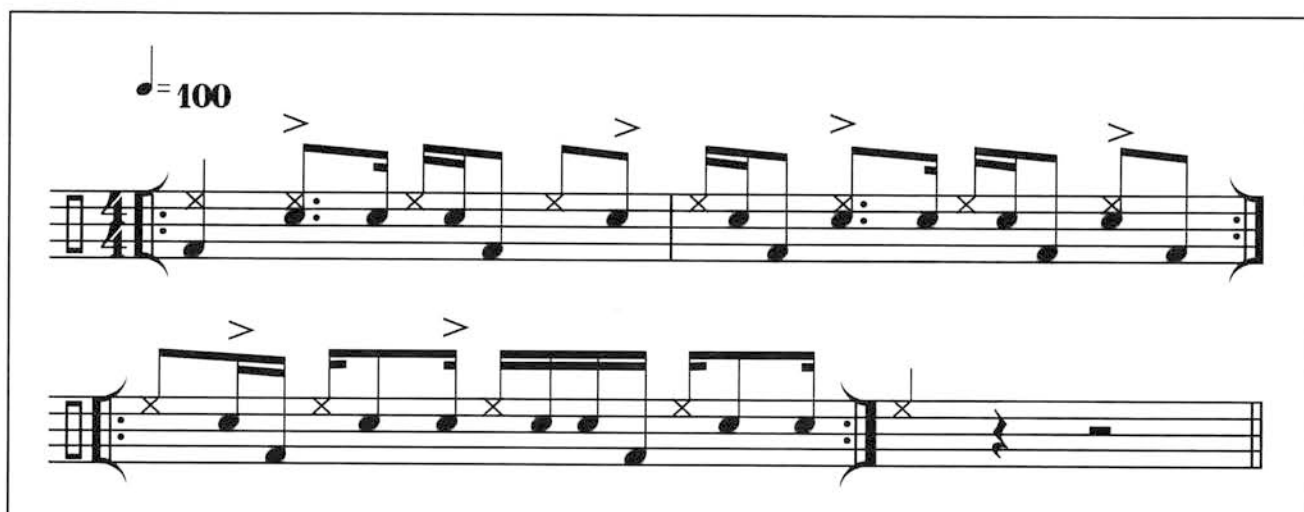


<ポイント>

●最初は、ハイハットとバス・ドラムのパートのみをゆっくりと練習してみましょう。変化するバス・ドラム・パートをしっかりとプレイできるか確認しましょう。それから、スネアとリム・ショットのパートを加え、バス・ドラムとスネアのパートがうまく組み合わさるようにしましょう。

exercise 14

4分音符のコモン・ライド3(ハイハット)

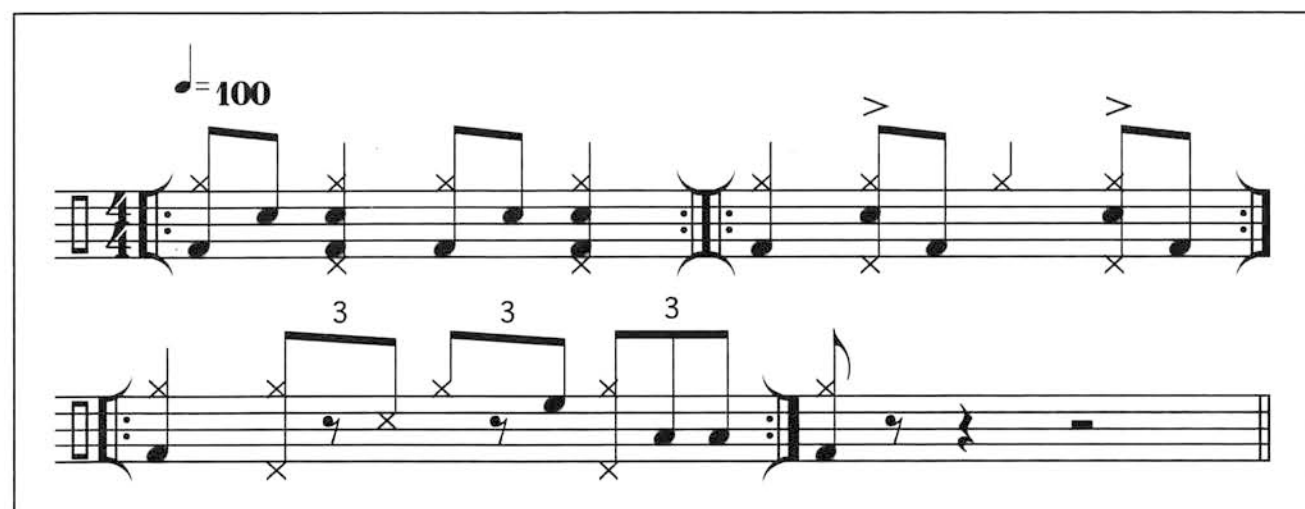


<ポイント>

●ゆっくりとしたテンポで始めます。体のバランスがうまくとれ、スネアとバス・ドラムがうまく組合わさって流れるようにプレイできているか確認しましょう。拍子を支える4分音符のハイハットにも、しっかりと注意を払いましょう。

exercise 15

4分音符のコモン・ライド4(トリプレット系)

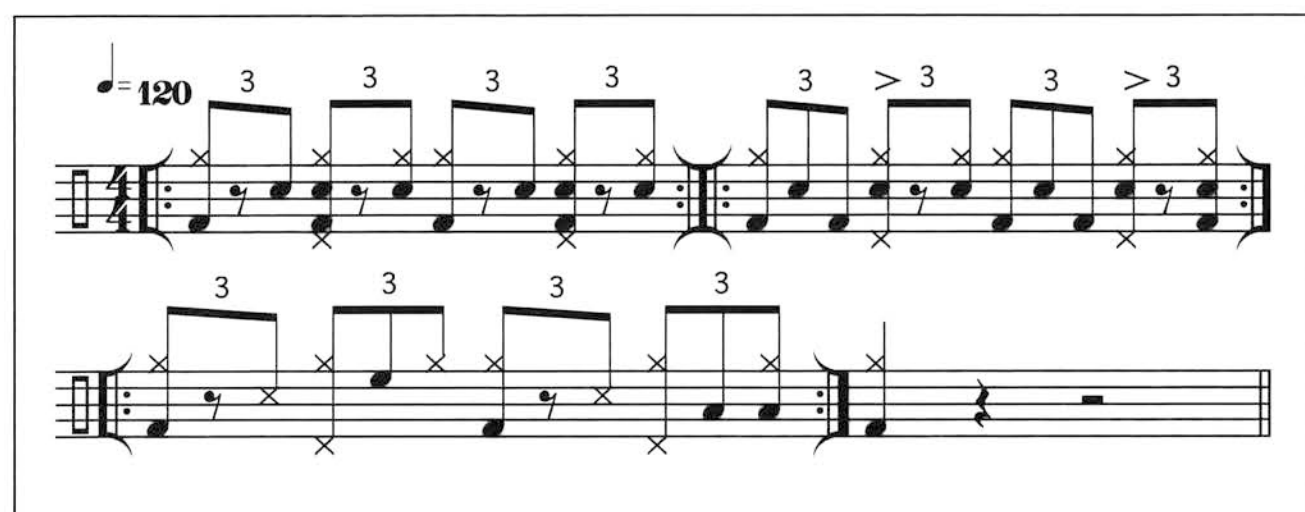


<ポイント>

●全体を通して、ライド・シンバルを一定にプレイできるようにしましょう。後半に出てくるトリプレット(3連符)がハシらないように注意してください。

exercise 16

4・8分音符のコモン・ライド3(トリプレット系)



<ポイント>

●前半は左手をリラックスさせ、音量よりもヒットする場所に注意を払いましょう。exercise 15の後半と同様、トリプレット(3連符)をゆったりと流れるように一定にプレイできるようにしてください。

PART3

ドラミング&シンギング・エクササイズ ベーシック編 (シンプルなリズムを歌う)

<主な内容と目的>

このパートでは、“ドラムを叩きながら歌う”という練習法の中でもベーシックなものを紹介していきます。

ドラムをプレイする中で歌うことを学ぶのは、ミュージシャンとしての価値を高めることにもなります。例えばバンドがシンガーやバックিং・ボーカルなどのメンバーを雇う金銭的な余裕がない場合、あなた(ドラマー)がもし歌えるのなら、それはお金を節約できることにもなります(笑)。まあ、それはジョークでもあります。最も重要なのは、歌うということが、ドラミングにとって必ずやポジティブなインパクトを与えてくれるということです。また、歌うこととドラミングを同格に扱うことによって、メロディや曲の雰囲気をもより深く理解することにもなります。これはグルーヴにとって、とても大切なことなのです。

<練習方法>

まずは、リズムを正確に、そして一定のタイム感で歌えるようにすることが大切です。

次に、ライド・パターンのみをプレイして、それに合わせてリズムを歌ってみましょう。また、バス・ドラムのパターンのみをプレイして、それに合わせてリズムを歌ってみるのも良いでしょう。

ゆっくりとしたテンポでグルーヴを練習し、リズムの一部分を慣れるまで歌う、というのが非常に効果的なやり方です。それができてから、全てのリズムを歌うようにしましょう。

exercise 17

ドラミング&シンギング・エクササイズ1

<ポイント>

●最初に、グルーヴがツボにハマっているか、つまり、しっかりとグルーヴしているかを確認しましょう。もしも、歌のパートが難しいと感じたら、別々に練習してみましょう。つまり、最初の1拍目ウラだけで練習し、それに慣れたら次の2拍目ウラを加える、といった具合です。とにかく、時間をかけてゆっくりと練習しましょう。

exercise 18

ドラミング&シンギング・エクササイズ2

<ポイント>

●最初は、ゆっくりとしたテンポで練習しましょう。歌のパートが、ハイハットのパートと一緒に合っているかを確認しましょう。ハイハットと歌だけで練習してみるのもよいと思います。

exercise 19

ドラミング&シンギング・エクササイズ3

<ポイント>

●ゆっくりとしたテンポで始め、歌のパートは3拍目の部分だけを歌ってみましょう。それがうまくできるようになったら、4拍目の部分だけを歌ってみましょう。ここでも、ハイハットと歌だけでも練習してみましょう。

exercise 20

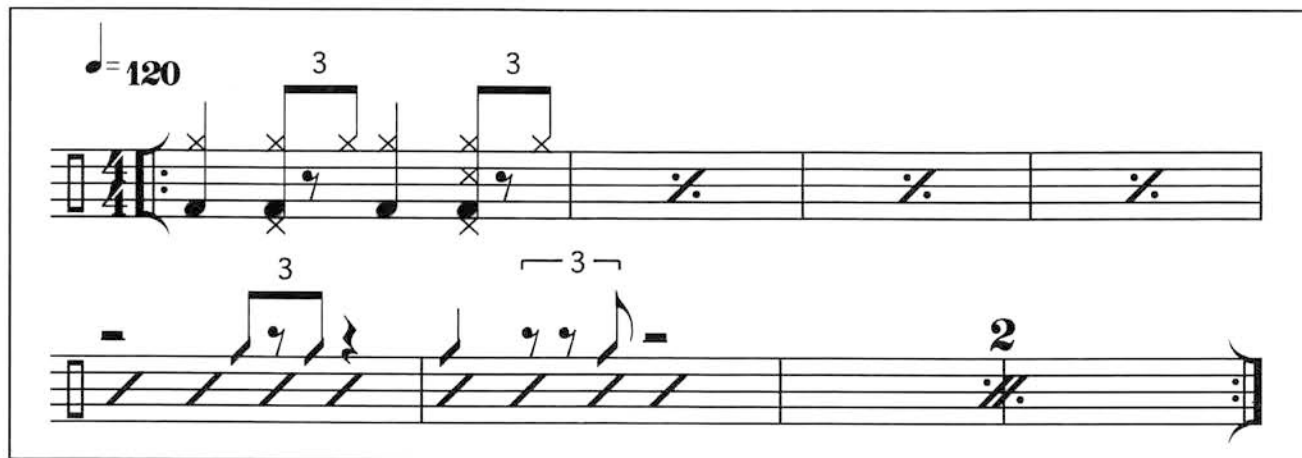
ドラミング&シンギング・エクササイズ4

<ポイント>

●歌のパートが正確に歌えるようになるまで、ゆっくりと練習しましょう。ハイハットは常に流れるようにスムーズに。音の場所を探りながらプレイするのではなく、歌とハイハットの関係や、全体のグルーブにもしっかりと気を付けましょう。

exercise 21

ドラミング&シンギング・エクササイズ5

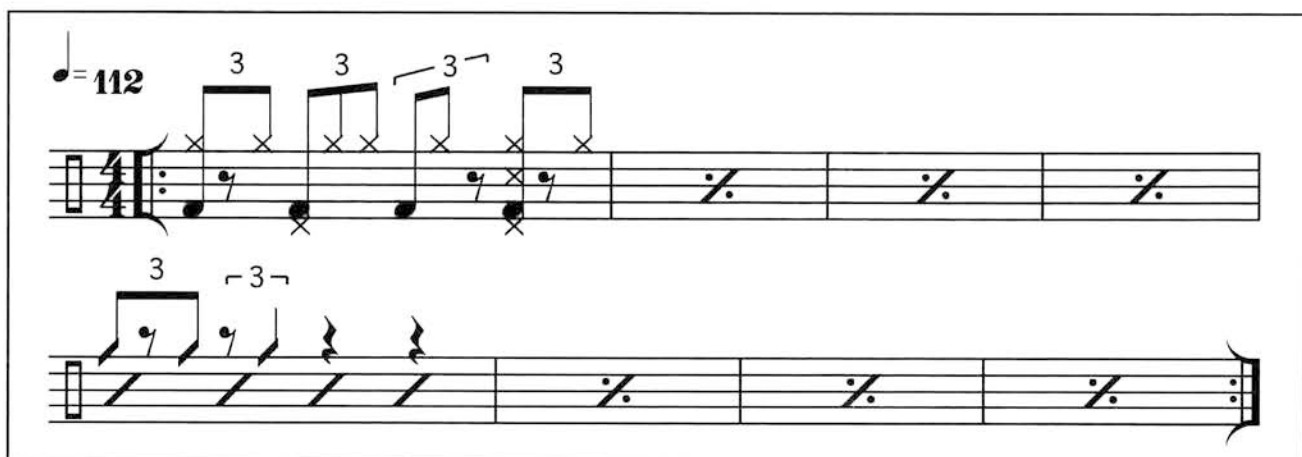


<ポイント>

●このようなエクササイズで難しいのは、グルーブのダイナミクスです。歌いながら、一定のグルーブの中でのダイナミクスをうまくコントロールできているかを確認しましょう。

exercise 22

ドラミング&シンギング・エクササイズ6



<ポイント>

●最初は、バス・ドラムだけで歌のパートを練習し、次にハイハットと歌だけで練習し、すべてがどのように組合わさっているのかに気を付けましょう。ハシった感じのグルーブにならないようにすることも大切です。

exercise 23

ドラミング&シンギング・エクササイズ7



<ポイント>

●スネアはソフトに流れるようにプレイし、歌が入ってからは特にそのことに気を付けてください。まずは足のパターンと歌のみ、そしてスネアと歌のみ、最後にすべて合わせて練習してみましょう。

exercise 24

ドラミング&シンギング・エクササイズ8



<ポイント>

●このエクササイズは、ハシリやすいという傾向があります。また、エネルギーを高めてプレイしても、上半身はリラックスしている、ということも非常に大切です。特に、メロディを歌ってドラムをプレイする時はなおさらです。

PART4

ドラミング&シンキング・エクササイズ アドヴァンス編 (シンプルなリズム～メロディック・リズム～メロディを歌う)

<主な内容と目的>

このパートでは、パート3で学んだことを、さらに進めていきます。ここでは、もう少し複雑なリズムやグルーブを取り上げます。また、ごくベーシックなメロディを歌うことにも取り組んでいきましょう。

<練習方法>

基本的に、練習方法はパート3と同じです。

ここではメロディも出てきますが、正確な音程でメロディを歌うことが必要なのではありませんし、キーを変えても構いません。DVDをご覧になればわかりのように、私自身も譜面に書かれたキーや音符を正確に歌っているわけではありません。もっとも重要なことは、リズム(ドラミング)のみに加えて、メロディを歌う練習をするということです。それによって、自分が、そして自分達が演奏している音楽を、より良く理解することになるのです。

exercise 25

ドラミング&シンキング・エクササイズ9

<ポイント>

●最初は、バス・ドラムと歌のパートのみを一緒に練習しましょう。この2つのパートは、お互いに関連し合っています。(B) (C)に関しては、まず歌のリズムやメロディだけを練習しても良いでしょう。

exercise 26

ドラミング&シンキング・エクササイズ10

<ポイント>

●右手のハイハット・パートは音数が多くなっています。まずはハイハットと歌だけで練習してみましょう。そして、バス・ドラム、スネアというように、段々と足していきましょう。

exercise 27

ドラミング&シンキング・エクササイズ11

<ポイント>

●ハイハット・パートだけで、ゆっくりとしたテンポで始めてください。歌のラインのすべての音が、ハイハットと合わさって流れているか確認しましょう。次に、歌のラインとバス・ドラムだけで練習します。歌とバス・ドラムと共通する音があることがわかるはずです。慣れてきたら、テンポを徐々に速めていきましょう。

exercise 28

ドラミング&シンギング・エクササイズ12

♩=100
(Groove)

(A)

(B)

(C)

<ポイント>

●バス・ドラムとフット・ハイハット、歌だけで、ゆっくりとしたテンポで始めましょう。次に両手と歌だけで練習します。それぞれのプレイがしっかりとできたら、すべてを組み合わせる練習をしてみましょう。

exercise 29

ドラミング&シンギング・エクササイズ13

♩=90
(Groove)

R R L L R L

(A)

(B)

(C)

<ポイント>

●まずは、スネア、タム、ハイハットのパートと一緒に、スネアだけを使って練習をしてみましょう。考えずにプレイできるようになるまで何度も何度も繰り返します。その後、それらのパートを譜面に書かれたスネア、タム、ハイハットの各パートに分けてみると、それらのパートがまるで、ひとつのしっかりとしたライン

のように感じられるはずですが、このように、それぞれのパートに分解されたリズムをつなぎ合わせてみることによって、さらに高度なアプローチやテクニックも可能になるのです。

exercise 30

ドラミング&シンギング・エクササイズ14

♩=120
(Groove)

(A)

(B)

(C)

<ポイント>

●ハイハットと歌のラインだけで、ゆっくりとしたテンポで始めてください。慣れてきたらスネアのパートを加えてみましょう。慣れるまではゆっくりとしたテンポで、音の位置関係を正確に理解して練習しましょう。

exercise 31

ドラミング&シンギング・エクササイズ15

♩=96
(Groove)

(A)

(B)

(C)

<ポイント>

●グルーブ(ドラムのみによるパターン)を練習した後、パターンを分解し、ハイハットと歌のパートのみで練習し、その後、バス・ドラムを加えてみます。すべてのリズムがうまく合うように気を付けましょう。そして、ハイハットとスネアと歌のパートのみで練習し、準備が整えば、すべてを一緒に練習してみましょう。

exercise 32

ドラミング&シンギング・エクササイズ16

♩=84
(Groove)
L L R L L R L R L R L
(A)
(B)
(C)

<ポイント>

●最初は非常に難しく思えるかもしれませんが、それはどのようにアプローチするか次第です。ここでは、ライド・シンバルとバス・ドラムがストレートにつながっています。まずは、その2つから始めて歌のラインを加えてみましょう。それから、ライド・シンバルとハイハット、スネアのパートと一緒に、スネアのみで繰り返し練習してみます。そして、すべてのグルーブをゆっくりとしたテンポで練習し、歌のラインを少しずつ加えていきましょう。

PART 5

デュプレット(2連符)をベースにしたグルーブ・エクササイズ (ルーディメント~ファンク/ロック~ブラジル~アフロ・キューバン)

<主な内容と目的>

このパートでは、8分・16分・32分音符に分けられるデュプレット(2連符)をベースにしたパターンやグルーブを取り上げます。

それぞれのエクササイズは、以下の4つに分かれています。

- 1) スネアを使った短いルーディメント・エクササイズ
- 2) ファンク/ロック・グルーブ
- 3) ブラジル音楽の影響を受けた、サンバやバイオンをベースにしたグルーブ
- 4) アフロ・キューバン・リズムをベースにしたグルーブ

ここでは、紹介するスタイルの一般的なリズムというものを理解すると共に、上記のスネア・エクササイズ~ファンク/ロック・グルーブ~ブラジル音楽を元にしたグルーブ~アフロ・キューバンを元にしたグルーブ、という4つのものを一度に続けてプレイすることにチャレンジしていきます。

<練習方法>

まずは、ゆっくりとしたテンポで、それぞれのエクササイズの4つのパートにおける各ノートの位置関係をしっかりと理解しましょう。

それから、1)2)3)4)それぞれのグルーブ一つ一つが気持ちよくプレイできるように、別々に練習しましょう。慣れてきたら、テンポを速めていきましょう。

最後に、またゆっくりとしたテンポに落とし、1)~2)~3)~4)という移動をスムーズに行えるように練習しましょう。

全体を通し、タイム感は常に一定になるように努めます。

異なるグルーブを一度に続けてプレイしていくのは、非常に難しいものです。しかし、これらのエクササイズを難なくプレイできるようになると、柔軟性が身に付き、一つのアイディアを、あるスタイルから別のスタイルへと応用していくことが容易にできるようになります。

exercise 33

デュプレット・グルーヴ・エクササイズ1

● (A) のフラム(わずかなグレース・ノート)に気を付けてください。(C)はハシらないように、そして、(D)ではハイハットとバス・ドラムを正確にプレイできるように気を付けましょう。

<ポイント>

● (A) のフラム(わずかなグレース・ノート)に気を付けてください。(C)はハシらないように、そして、(D)ではハイハットとバス・ドラムを正確にプレイできるように気を付けましょう。

exercise 34

デュプレット・グルーヴ・エクササイズ2

<ポイント>

● ここでも、(A)にはわずかなグレース・ノートが出てきます。(B) (C) (D)は、パターンがしっかりとかみ合うまで、ゆっくりとしたテンポで練習しましょう。(C)のグルーヴに出てくるハイハット・オープンは、あまり開きすぎないのがコツです。

exercise 35

デュプレット・グルーヴ・エクササイズ3

<ポイント>

● 全体を通して一定のテンポを維持できるようにしましょう。それぞれのハイハット・パターンは、かなり異なっています。これによって、パターンが変わる時に一定のテンポが崩れたり揺れたりしないように注意しましょう。

exercise 36

デュプレット・グルーヴ・エクササイズ4

<ポイント>

● (A)では、両方のスティックの先端を近づけてプレイしてみてください。(B)のグルーヴでは、全体のグルーヴをプレイする前に、両足のパターンのみを取り出して、その関係を感じ取ってみましょう。(C) (D)では、ライド・シンバルのパターンがスムーズに、そしてリラックスしてプレイできているかどうか確認しましょう。

exercise 37

デュプレット・グルーヴ・エクササイズ5

♩ = 96

(A)

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

1.

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

2.

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

(B)

(C)

(D)

R L R L L R L R L

<ポイント>

●スネアのパートはどれも難しいので、ゆっくりとしたテンポで始め、あきらめずに練習してください。(B) (C)のハイハットは、右手を低めに構えてプレイしてみましょう。(D)のグルーヴでは、間(スペース)も大切にしてプレイしましょう。そのためには、最初はゆっくりとしたテンポで始めてください。

exercise 38

デュプレット・グルーヴ・エクササイズ6

♩ = 108

(A)

R LL R R R L L L

(B)

R L R L R L R L R

(C)

(D)

<ポイント>

●(A)を始める前に、スイス(Swiss)・ロール(3ストローク・ロール)を少し練習してみることをお勧めします。(C)では、初めにライド・シンバル、スネア、ハイハット、タムの4つのパートを、1つのパートとしてスネアのみで練習してみてください。(B) (D)は、バス・ドラムとフット・ハイハットのみを取り出して練習することが、役に立つはずですが、

PART 6

トリプレット(3連符)をベースにしたグルーヴ・エクササイズ (ルーディメント～シャッフル～6/8～スウィング)

<主な内容と目的>

このパートでは、トリプレット(3連符)や3を基本とした拍をベースにしたグルーヴにフォーカスを当てます。

4/4拍子におけるトリプレットと、6/8拍子における8分音符との違いに混乱してしまうドラマーもいると思いますが、基本は“3を基本とした拍”であるということです。そうした理解が最も良い方法ですし、4/4拍子におけるトリプレットであっても、6/8拍子における8分音符であっても、一般的には同じように感じることができます。例えば、4/4拍子を123・223・323・423とトリプレットで数えても、6/8拍子を123456と数えても、同じように感じる事が可能です。

それぞれのエクササイズは、以下の4つに分かれています。

- 1) スネアによるトリプレットをベースにしたルーディメント・エクササイズ
- 2) シャッフル
- 3) アフロ・キューバンの6/8拍子感覚をベースにしたグルーヴ
- 4) ジャズ・グルーヴ

ここでは、これら4つのグルーヴの共通性を感じ取ると共に、紹介するスタイルの一般的なリズムというものを理解し、さらには、一つのスタイルから別のスタイルへと変化させるアイデアを学んでいきます。

<練習方法>

パート5と同じです。

exercise 39

トリプレット・グルーヴ・エクササイズ1

Exercise 39 consists of four parts (A, B, C, D) of musical notation. Part (A) is in 4/4 time, tempo 108, featuring a triplet-based rhythm with the pattern R L L R R L R R L L R L L R L R L. Part (B) is in 6/8 time, tempo 108, featuring a triplet-based rhythm with the pattern R R L L R L R L R L. Part (C) is in 6/8 time, tempo 108, featuring a triplet-based rhythm with the pattern R R L L R L R L R L. Part (D) is in 4/4 time, tempo 108, featuring a triplet-based rhythm with the pattern R R L L R L R L R L.

<ポイント>

- (A)は、トリプレットがハシらないように気を付けてください。(B)は、左手をリラックスさせて、スネアのバックビートを強く叩きすぎないようにしましょう。(C) (D)は、レガートで、スムーズなトリプレット感覚を生み出しましょう。

exercise 40

トリプレット・グルーヴ・エクササイズ2

Exercise 40 consists of four parts (A, B, C, D) of musical notation. Part (A) is in 4/4 time, tempo 108, featuring a triplet-based rhythm with the pattern R L R L R L R L R L. Part (B) is in 6/8 time, tempo 108, featuring a triplet-based rhythm with the pattern R R L L R L R L R L. Part (C) is in 6/8 time, tempo 108, featuring a triplet-based rhythm with the pattern R R L L R L R L R L. Part (D) is in 4/4 time, tempo 108, featuring a triplet-based rhythm with the pattern R R L L R L R L R L.

<ポイント>

●(A)は、休符をしっかりと感じ取りましょう。(B)は、ハイハットの位置に腕を低めに構えてみましょう。これまでのエクササイズ同様、ハシらず、ゆったりと、そしてスムーズにプレイするよう心がけましょう。

exercise 41

トリプレット・グルーヴ・エクササイズ3

Exercise 41 consists of four parts (A, B, C, D) in 4/4 time, with a tempo of 126. Part (A) features a sequence of triplets with accents, with a rhythmic pattern of R L L R L R R L R R L R L L. Part (B) continues with triplets and accents, with a rhythmic pattern of R L R L R L R L R R L L R. Part (C) shows a sequence of eighth notes with accents, with a rhythmic pattern of R L R L R L R L R R L L R. Part (D) features a sequence of eighth notes with accents, with a rhythmic pattern of R L R L R L R L R R L L R.

<ポイント>

●(A)は、複雑なパターンなので、ゆっくり取り組みましょう。(B) (C) (D)では、一定のグルーヴの中でのダイナミクスによって、サウンドに違いをもたらすということを知ってください。これが、テンポとダイナミクスのコントロールがとても重要である理由でもあります。

exercise 42

トリプレット・グルーヴ・エクササイズ4

Exercise 42 consists of four parts (A, B, C, D) in 4/4 time, with a tempo of 120. Part (A) features a sequence of triplets with accents, with a rhythmic pattern of R L R R L L R L R L L R R L R L R R L L. Part (B) continues with triplets and accents, with a rhythmic pattern of R L R L L R R L R L R R L L R. Part (C) shows a sequence of eighth notes with accents, with a rhythmic pattern of R L R L R L R L R R L L R. Part (D) features a sequence of eighth notes with accents, with a rhythmic pattern of R L R L R L R L R R L L R.

<ポイント>

●(A)は、複雑なフレーズも、実はごく普通のフレーズやよく知られたフレーズから成り立っている、というひとつの例です。ここでは、1小節目では1拍目・2拍目ウラ・4拍目、2小節目では1拍目ウラ・3拍目にアクセントが付いています。これらのアクセントを感じ取ることによって、複雑なスティッキング・パターンにも適応しやすくなるはずですが、(B) (C) (D)は、正確さを目指し、流れるようなダイナミクスを出せるようにしましょう。

exercise 43

トリプレット・グルーブ・エクササイズ5

Exercise 43 consists of four staves of musical notation. Staff (A) is in 4/4 time with a tempo of 124, featuring a triplet pattern of eighth notes with the rhythm R L R R L R L R R L R L R L L R L R R L. Staff (B) is in 6/8 time with a tempo of 124, featuring a triplet pattern of eighth notes with the rhythm R L R R L R L R R L R L R L. Staff (C) is in 6/8 time with a tempo of 124, featuring a triplet pattern of eighth notes with the rhythm R L L R R L R L R L R L. Staff (D) is in 4/4 time with a tempo of 124, featuring a triplet pattern of eighth notes with the rhythm R L R R L R L R R L R L R L L R L R R L.

<ポイント>

●(B)を初めから滑らかにプレイするのは難しいと思います。慣れるまでは、スネアやリム・ショットをはずして練習しても良いでしょう。そうやってグルーブを何度も繰り返して練習することにより、最終的には正確に滑らかにプレイできるようになるはずです。

exercise 44

トリプレット・グルーブ・エクササイズ6

Exercise 44 consists of three staves of musical notation. Staff (A) is in 4/4 time with a tempo of 110, featuring a triplet pattern of eighth notes with the rhythm R L R L R L R L R L R L L R L L R R L R L. Staff (B) is in 6/8 time with a tempo of 110, featuring a triplet pattern of eighth notes with the rhythm R L R R L R L R R L R L R L. Staff (C) is in 6/8 time with a tempo of 110, featuring a triplet pattern of eighth notes with the rhythm R L R R L R L R R L R L R L. Staff (D) is in 4/4 time with a tempo of 110, featuring a triplet pattern of eighth notes with the rhythm R L R R L R L R R L R L R L L R L R R L.

<ポイント>

●(A) (B)は、3に対する4、つまりトリプレット上に4音のパターンを当てはめるといふコンセプトです。(A)ではルーディメントのパタ・フラフラ(pata flafas)として、(B)ではライド・シンバルのパートに適応されています。(C)では、ライド・シンバルからハイハットへの移動を大きめのモーションで行っていますが、これに限らず、体の動きもグルーブの一部であることを理解してください。

exercise 45

トリプレット・グルーブ・エクササイズ7

Exercise 45 consists of three staves of musical notation. Staff (A) is in 4/4 time with a tempo of 108, featuring a triplet pattern of eighth notes with the rhythm R R L L L R R R L L R L R L R L R (L). Staff (B) is in 6/8 time with a tempo of 108, featuring a triplet pattern of eighth notes with the rhythm R L R R L R L R R L R L R L. Staff (C) is in 6/8 time with a tempo of 108, featuring a triplet pattern of eighth notes with the rhythm R L R R L R L R R L R L R L. Staff (D) is in 4/4 time with a tempo of 108, featuring a triplet pattern of eighth notes with the rhythm R L R R L R L R R L R L R L L R L R R L.

<ポイント>

●(A)は、チーズ・イット(cheese it's)と呼ばれるルーディメントのスタイルがフィーチャーされています。これは難しいパターンですので、ゆっくりと練習してください。(B) (C)でのハイハット・プレイは、典型的なものよりも幾分興味深いものにしてあります。(D)は、スウィング・フィールの中でデュプレットをうまく取り入れる方法を示しました。

PART7

スティッキングとフット・ハイハット・エクササイズ

スティッキング・エクササイズ

<主な内容と目的>

ルーディメントのスティッキングをドラム・セットに応用させます。ここでは、2つのスティッキングを紹介し、1つのスティッキングごとにいくつかの方法を練習していきます。

私達は常にフレーズやグルーブ、ドラム・リックというものを耳にしていますが、たとえ自分が知っているものや以前プレイしたことがあるものでも、スティッキングというものにはあまり関心を払っていません。しかし、スティッキングの方法には、様々なバリエーションがあります。どのようにスティッキングを組み立てるか、またどの音を強調するかによって、様々な方法を適用することができるのです。

<練習方法>

まずは、スネアやハイハットなど、それぞれのパーツの上でのしっかりとしたスティッキングをマスターするということが最も重要です。何度も何度も繰り返すことによって、体が動きを覚えていきますし、それらを常に意識してプレイすることによって、パターンを自分の中に刻み込み、体が自然に動くようになるのです。

ここでも、メトロノームを使い、様々なテンポで何度も何度も繰り返し練習しましょう。これらをマスターすることによって、こうしたスティッキングを実際のグルーブの中に当てはめていくことができます。

何度も繰り返しますが、ゆっくりとしたテンポで始め、様々なテンポでコントロールできるように練習していきましょう。

フット・ハイハット・エクササイズ

<主な内容と目的>

よりアドバンス向けとも言える、フット・ハイハットのパターンを取り上げます。

フット・ハイハットで、シェイカーやタンバリンなどのパーカッション・パートを真似てみるには、たくさんの方がいますが、ここでは私がよく使う方法をいくつか紹介していきます。

これらのエクササイズは、型にはまらない自由な考え方によって、様々な可能性が開けていくということを理解してもらうためのものでもあります。また、アドヴァンスなアイデアというのは、常に音楽的であって、聴きたいと思わせるようなものであるべきだと思います。

<練習方法>

グルーブさせることを大切に、時間をかけてゆっくり練習に取り組むと、自分自身の演奏能力向上だけでなく、思わぬ発見が得られるものです。特にここで紹介するエクササイズのように、あまり普通でないインデペンデンス(独立性)を要求されるものは、なおさらです。

まずは、左足のフット・ハイハットを除いて、これらのグルーブを練習してみましょう。慣れてきたら、フット・ハイハットを加え、それらがグルーブとどのように関連している

のかを理解しましょう。

また、足だけの練習も効果的です。バス・ドラムとフット・ハイハットのみで何度も練習を繰り返し、左右のバランスや関係を学び取るのです。

右手とフット・ハイハットに関しても、同様の練習をしてみましょう。腕を振り下ろした時に、フット・ハイハットのパターンのどの位置に来るのかを知りましょう。

それらができたら、それぞれのグルーブをゆっくりとしたテンポで始めましょう。時間をかけて練習し、慣れるにしたがってテンポを速めていきましょう。

exercise 46

パラディドル・エクササイズ1

<ポイント>

●パラディドルとインヴァーテッド(反転・反行)・パラディドルを一緒にしたグルーブで、それらをドラム・セットでのパターンに応用したものです。ルーディメントの練習は、必ず役に立ちます!

exercise 47

パラディドル・エクササイズ2

<ポイント>

●グルーブの中で、装飾的な32分音符を使ったパターンです。このようなパターンは、異なるテンポやダイナミクスでも練習しなくては意味がありません。まずは、スネアとハイハットによる32分と16分音符のパターンを、スネアのみで練習してみましょう。

exercise 48

パラディドル・エクササイズ3

Musical notation for exercise 48, featuring a 4/4 time signature, a tempo of 108, and a pattern of triplets of eighth notes.

<ポイント>

●スネアとライド・シンバルによるトリプレット上に、デュプレットのパターンを当てはめたものです。どのパターンにおいても、デュプレットとトリプレットの両方を感じてプレイすることが大切です。これによって、リズム的なアプローチの可能性が広がります。

exercise 49

パラディドル・エクササイズ4

Musical notation for exercise 49, featuring a 4/4 time signature, a tempo of 132, and a pattern of triplets of eighth notes.

<ポイント>

●これは、exercise 48に異なるドラム・オーケストレーションをほどこした、別バージョンです。同じパターンを使って、自分自身のアイデアを取り入れてみても良いでしょう。

exercise 50

ラタマキュー&バックワード・ダブル・パラディドル・エクササイズ1

Musical notation for exercise 50, featuring a 4/4 time signature, a tempo of 144, and a pattern of triplets of eighth notes with a "R L L R L R L L R L R L" rhythm signature.

<ポイント>

●ここでは、ルーディメントのラタマキュー (ratamacue) をベースにしたスティッキングを行っています。ライド・シンバルとスネアをうまく組み合わせて、ライド・シンバルに装飾を加えています。

exercise 51

ラタマキュー&バックワード・ダブル・パラディドル・エクササイズ2

Musical notation for exercise 51, featuring a 4/4 time signature, a tempo of 200, and a pattern of triplets of eighth notes with a "R L L R L R L L R L R L" rhythm signature.

<ポイント>

●exercise 50と同じパターンですが、タムを使うことによって、フレーズの終わりやフィルインの感じをもっと打ち出しています。

exercise 52

ラタマキュー&バックワード・ダブル・パラディドル・エクササイズ3

Musical notation for exercise 52, featuring a 3/4 time signature, a tempo of 126, and a pattern of triplets of eighth notes with a "R L L R L R L L R L R L" rhythm signature.

<ポイント>

●通常はトリプレットでプレイされるスティッキングを、デュプレットでプレイした興味深いアイデアとサウンドを紹介するものです。ライド・シンバルは、スネアを装飾する役割になっています。

exercise 53

ラタマキュー&バックワード・ダブル・パラディドル・エクササイズ4

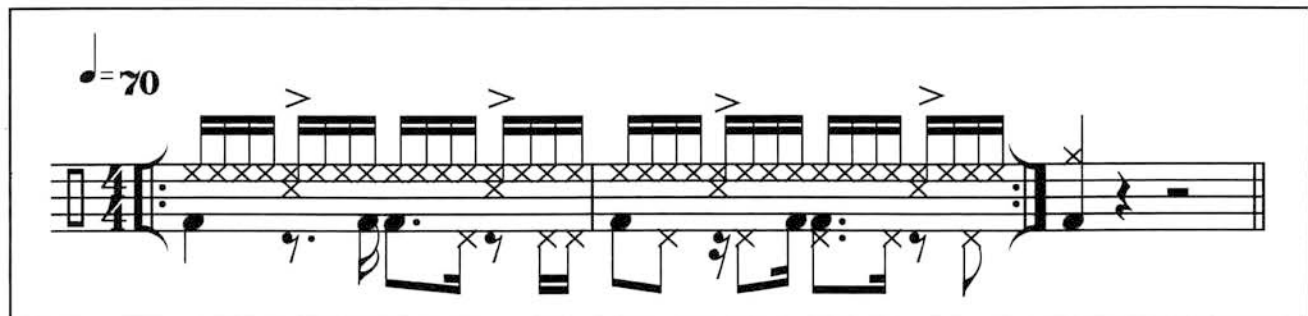
Musical notation for exercise 53, featuring a 4/4 time signature, a tempo of 88, and a pattern of triplets of eighth notes with a "R L L R L L R L R L L R L L R L L R L L" rhythm signature.

<ポイント>

●スティッキングはこれまで紹介したものですが、どちらかと言うと、ドラム・ソロに適したパターンです。ゆっくりとしたテンポで始め、正確さを目指してください。

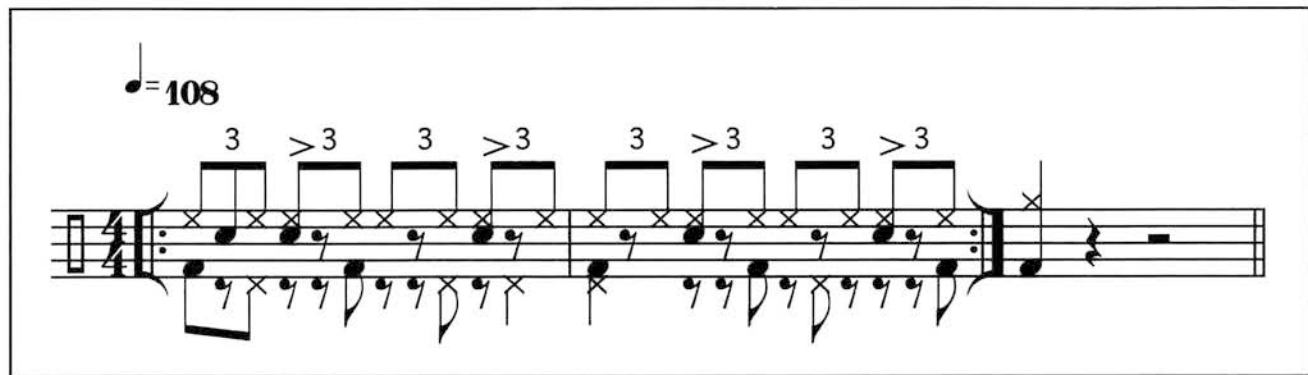
exercise 54

フット・ハイハット・エクササイズ1



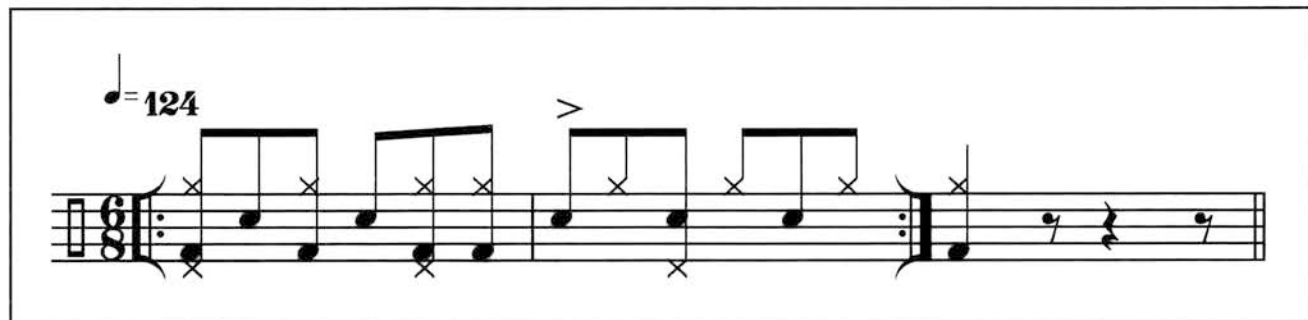
exercise 55

フット・ハイハット・エクササイズ2



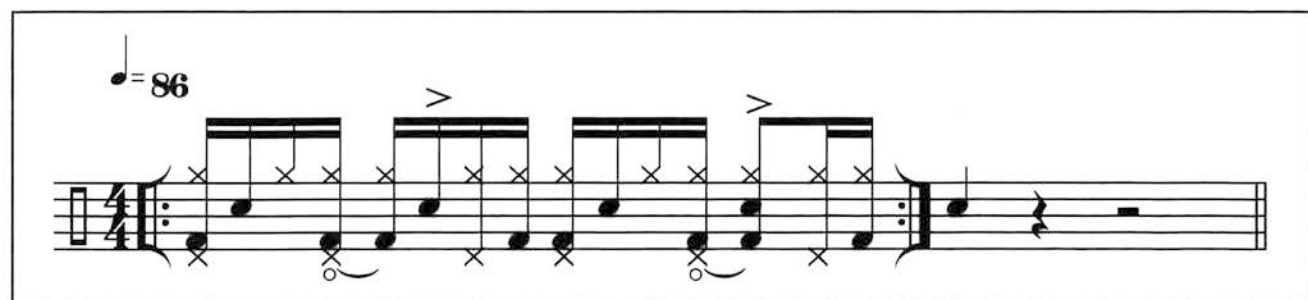
exercise 56

フット・ハイハット・エクササイズ3



exercise 57

フット・ハイハット・エクササイズ4



<ポイント>

●これら4つのエクササイズでは、グルーヴの中でのフット・ハイハットの役割を大きくした、興味深い方法を紹介します。フット・ハイハットの代わりに、タンバリンやウッド・ブロックなどを左足で操作できるように使ってもおもしろいと思います。とにかく、思い付いたアイデアなら何でも良いのです。ただ難しいことをプレイする方法だけでなく、何かおもしろいことを音楽に加えてみるというアイデアも、とても大切なことです。

デモ演奏について

demonstration 1

ワン・コードによるファンク・グルーヴです。こうしたグルーヴというのは、決して優れたテクニックを見せつけるものではありません。もちろん、グルーヴの中でのダイナミクスはありますが、それは他と比べれば少な目です。ここではグルーヴの力強さや激しさゆえに、他の何よりも間(スペース)を大切にグルーヴをインプロヴァイズしていくことに集中しています。ここでもしも私が、突如大きなダイナミクスをプレイしてしまうと、トモとの緊張感溢れるプレイを維持していくことができなくなってしまいます。また、ここでは何を聴かせるのかということも考えた上で、複雑過ぎるグルーヴはプレイしていません。私の場合、演奏をより力強く、そしてもっとポイントをはっきりとさせたい場合は、さらにオープンな姿勢を持って、複雑な部分をなくしていくようにしています。

demonstration 2

トモ藤田と共に作り出していったグルーヴで、テンポは大体♩=92です。これはチャレンジしがいのあるテンポであると同時に、プレイするには楽しいテンポでもあります。速すぎもせず、遅すぎもせず、そのちょうど中間といったところです。ただし多くのドラマーにとって、このテンポを心地よいと感じるのはなかなか難しいことです。

このテンポに慣れれば、考えられる様々な音符の選択が可能になります。私自身はここでは、8・16・32分音符やトリプレットなどを使っています。ただし、カギとなるのはテンポのコントロールです。

demonstration 3

トモ藤田の作曲による、「Orange Juice and Water」という曲です。こうした曲では、ストレートなブルース・シャッフルや、ちょっとルーズなジャズ・フィールなど、様々な方向性が可能です。このデモ演奏では、そうした可能性のいくつかをお見せしています。

ライブにおいては、もっと何か特定のものを反復したいと思うかもしれませんが、バンドのメンバー達がどのように音楽を解釈しているかに合わせていけるよう、常に耳をオープンにしましょう。

ドラム・ソロについても少しお話ししましょう。ここでは最後のテーマに戻る前に、トモ藤田と4バースによるソロの掛け合いをしています。覚えておいてほしいのは、ドラム・ソロを取る時の90%は、曲の形式や前後関係の中でソロを行うべきだということです。タイム感やダイナミクスと共に、曲の理解を深めるということが、ドラマーにとってもトレーニングの一部となるのです。

demonstration 4

このドラム・ソロでは、基本的にトリプレットのフィールを維持し、スウィング、シャッフル、6/8拍子フィールへと移行しています。ここでは、よりクリエイティブになることができる、微妙なニュアンスをお見せしたいと思いました。ドラマー

にとって音を装飾するというのは、スピードの表現の仕方と音の数によってあらわされます。我々ドラマーは、常にグルーヴの中でインプロヴァイズする能力を高め、流れるような変化とダイナミクスをもってそれを行っていく必要があるのです。

demonstration 5

ニューオリンズ・ファンクをベースにした演奏です。さらに言うならば、ニューオリンズの“セカンド・ライン”のドラミングをもっとルーズにした感じです。このスタイルは、スネア・ドラムによるところが極めて大きいと言えます。本作では、それについて細かく説明するスペースはないため、詳しく知りたい方は、皆さん自身でもいろいろと研究してみてくださいと思います。とにかくこのスタイルは、20世紀におけるジャズとファンクの影響を多大に受けたものと言えます。

トモと私の演奏の中に、ファンクにおけるスウィング・フィールのヒントを見つけることができると思いますし、それがこのグルーヴの典型的な要素でもあります。ただし、このグルーヴにおいても他のグルーヴにおいても、あまりスウィングということを考えすぎないように。まずは、本作でも紹介したデュプレットとトリプレットをできるだけ練習し、グルーヴをプレイする時は、常に自分の回りの音に耳を傾けましょう。これが、良い感覚を得る最も良い方法だと思います。

おわりに

最後に、覚えておいてもらいたい重要な点を3つお伝えしましょう。

1) スネアの練習曲であろうと、ルーディメントであろうと、また、いかなるグルーブであろうと、全く異なるエクササイズであろうと、すべてはあなたのプレイに役立つということです。つまり、重要でないものはない、ということです。また、自分では気付かずとも、これらのアイデアを拝借し、自分のために役だてているとも言えるのです。

2) ドラミングの中でシンプルなフレーズを歌うことを学ぶのは、コーディネーションの能力を高めるだけでなく、音楽におけるメロディや他の面に注意を向けるということでもあります。そして、歌やコーラスのできるドラマーとして、仕事を
得る機会が増えることにもなります(これは冗談ではなく)。

3) 度々言っているように、真のコントロール力とは、テンポとダイナミクスに対する高いレベルのコントロール力から来ているのです。どんな練習をする時も、常にそのことを心に留めてください。

このDVDを楽しんでもらえたら、そしてわずかなことでも学び取ってもらえたら幸いです。最後までありがとう!

ラリー・フィン

プロフィール

1985年バークリー音楽院卒業後、89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、アル・クーパー、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、ジェイムス・モンゴメリー、ピーター・ウルフ、
スティーヴ・フォーバート、マーサ・リーヴス、ダニーロ・ペレス、メラニー、ヴィニ
ー・ムーア、ジミー・アール等との共演、そして、ヴィクター・ウーテン、エイブ・ラボ
リエル、ハーヴィー・シュワルツといったベーシスト達や、スティーヴ・スミス、トミ
ー・キャンベル、ジェリー・ブラウンといったドラマー達との共演もある。また、The
Larry Finn Projectというバンドで、主にアメリカ東海岸をツアーしている。

ファースト・アルバム『The Dig』は、同校教授でベーシストのアンソニー・ヴィッ
ティ(『ベーシストのための演奏能力開発エクササイズ』小社刊)と共演した作品。

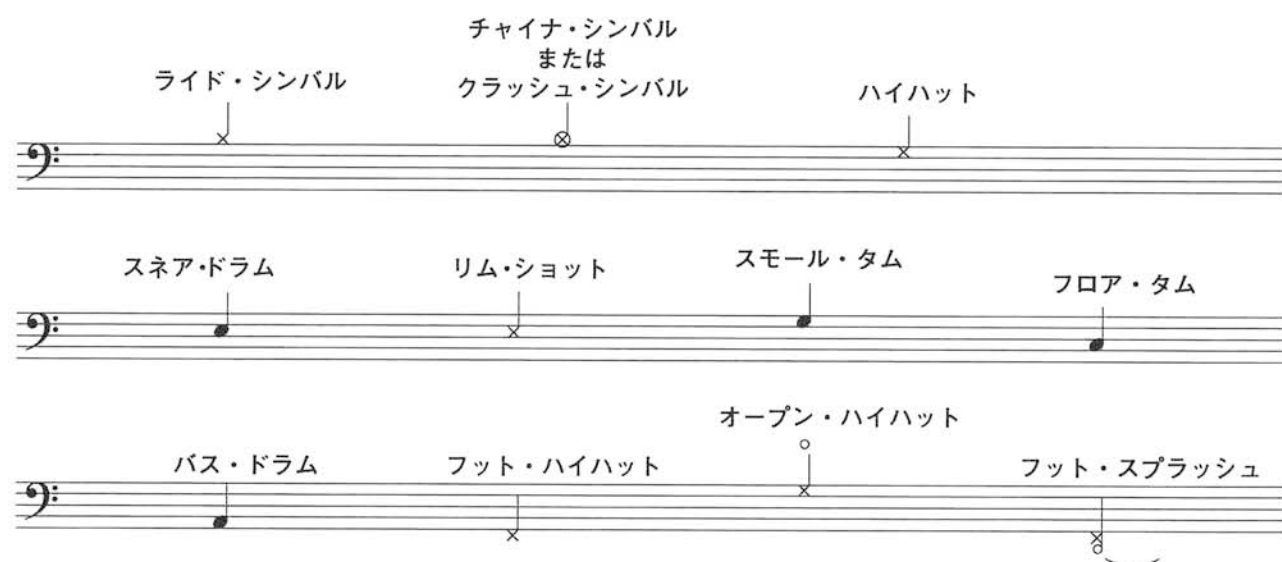
その他に著書『Beyond the Back Beat』があり、北米ではベストセラーを記録
し、Modern Drummer誌の投票では教則本部門の1位を獲得している。ドラム・
クリニックも各地で多数行っている。

Larry Finn endorses Zildjian cymbals and Vic Firth drum sticks

ラリー・フィン・ホームページ

<http://larryfinn.com>

譜面の見方



『ドラマーのための演奏能力開発エクササイズ3』解説書

- 譜面・解説：ラリー・フィン (Larry Finn)
- 浄書：山岡 博 (Hiroshi Yamaoka)
- 翻訳：サム・カワ (Sam Kawa)
- DTP編集：ANTENNA
- 企画制作：株式会社リットーミュージック
- 無断複製・転載を禁じる

VWD-261