

フルート アドバイザー



栗田 智水

茂木町出身。10歳よりフルートを始める。栃木県立宇都宮女子高等学校、宇都宮大学教育学部中学校教員養成課程音楽科卒業後、渡仏。パリ・エコール・ノルマル音楽院フルート科高等教育課程を首席にて修了、フランス国立オールネイ・ス・ボワ音楽院フルート科及び同第三課程をPrix d'Excellence(一等賞)を得て修了。宇都宮大学大学院教育学研究科教科教育専攻音楽教育専修修了。

第20回栃木県学生音楽コンクール第1位、パリ・レオポルドベラン国際コンクール第2位、第15回日本クラシック音楽コンクール全国大会第4位(1,2位なし)、他、様々なコンクールで入賞。2019年、第2回「とちぎ次世代の力大賞」奨励賞受賞。

これまでに、フルートを井上佳美、野口博司、堀井恵、瀬尾和紀、山本康生、ピエール＝イヴ・アルトー、キム・ミヒ、パトリック・ガロワの各氏に師事、ピッコロをキム・ミヒ、ピエール・キャロンの各氏に師事。

2008年、栃木県総合文化センターサブホールでの初リサイタル以降、栃木県議会議事堂ホールコンサートソリスト、とちぎ未来づくり財団主催学校訪問コンサート、うつのみや文化創造財団主催栃響チェンバーオーケストラ演奏会ソリスト、ピティナピアノ曲事典公開録音、とちぎ未来づくり財団主催平日の贈り物 ランチタイムコンサート、美の里もてぎクラシックコンサート 栗田智水と仲間たちシリーズ、栃木県警察音楽隊第41回定期演奏会ソリスト、とちぎんマロニエチャリティーコンサート、パトリック・ガロワ&栗田智水デュオリサイタル、台北フルートフェスティバル、第21回 JFC アンデパンタン日本作曲家協議会会員作品演奏会、DPI・NGO 国連クラシックライブ協会主催生命のコンサート、第8回宇女高 OG オーケストラ演奏会ソリスト、タイ・バンコクデビューリサイタルなど、国内外で多数の演奏会に出演する他、コンクール審査員、TV・ラジオへの演奏楽曲提供など幅広く活動している。「Amitie 音楽館」を主宰し、吹奏楽、アンサンブル、ソロ、それぞれの分野で全国大会出場、優勝、上位入賞者を輩出している。

とちぎ未来大使、もてぎふるさと応援大使。栃木県文化振興審議会委員。東京 SDGs 吹奏楽団(JICA 東京オフィシャルサポーター)、MCF オーケストラとちぎフルート奏者。

宇都宮短期大学音楽科・同附属高等学校音楽科講師。

音響の素晴らしいホールで演奏するのは、本当に気持ち良いですよ！とは言え、慣れない場所での演奏は戸惑いも多く、会場が大きくなればなるほど、緊張感もUP・・・せっかくのステージで、いつもの自分らしく思いきり演奏をするために、このアドバイスが少しでも参考になれば嬉しいです。

1. まずはホールを知ろう

練習でも本番(コンサート、コンクール)でも、ホールに着いたら、まずはホールの中を出来る限り散策してみましょう。客席での聴こえ方、客席からステージの見え方、リハーサル会場から舞台までの動線、トイレの場所などを確認しておく、緊張が和らぎ、いざという時にも慌てず済みます。舞台上でリハーサルが出来る時は、どこに立つとどんな響きがするのか、色んな場所で音を出してみて、自分でホールの響きを感じ、また、誰かに客席で聴いてもらい、一番良く音が届く所で本番は演奏しましょう。(この時、バミリを忘れずに。バミリ用テープを貼る、客席や反響板の位置で縦横を記憶する、など)

2. ホールに合った演奏をしよう

一口にホール、と言っても、会場によってステージの大きさ、形、客席数、残響の長さが全く違います。残響の少ないホールでは、音の処理を長めにする、残響の多いホールではアーティキュレーションをよりはっきり演奏する、など、ホールに合った演奏をする必要があります。普段からホールで練習できる人以外、練習している場所と比べて、ホールはとて広く感じると思います。普段通りの演奏では、自分の近くだけで音楽が完結してしまいやすく、客席までなかなか届きません。舞台上だけでなく、会場全体を鳴らすつもりで演奏してみましょう。

また、本番中は、呼吸が浅くなりやすいので、しっかり息を吸い、しっかり楽器に息を入れること、体幹を意識し、豊かな響きでフォルテでもピ



舞台から見える景色を練習の時もイメージしてみましょう。

(東京・Bunkamura オーチャードホール)

アニッシモでも、一番後ろの席まで届くように演奏しましょう。フォルテでは大きな音を出そうとするよりも、音が広がって行くイメージ、ピアノッシモは自分の音が空気に溶けて、消える瞬間まで耳を澄ますことが出来ると、最高に気持ちよく演奏出来ると思います！



宇都宮短期大学長坂キャンパス 須賀友正記念ホール

3.いざ本番！大切なABC♪

知識を深め演奏技術を磨くのと同時に、このABCも磨いていきましょう！

アトモスフィア
Atmosphere = 雰囲気(空気感、品格、オーラのようなもの)

ビヘイヴィア
Behavior = 振る舞い(表情、歩き方、姿勢、お辞儀の仕方など)

コンセントレイション
Concentration = 集中(“今”この瞬間にだけ意識を向ける)

舞台に一步踏み台した瞬間から、お客様(コンクールであれば審査員)からその人の「雰囲気」や「振る舞い」なども見られています。その様子が演奏の印象までも左右することがあります。例え全く同じ演奏だったとしても自信がなさそうに、無表情で演奏するのと、堂々と、生き生きと楽しんで演奏するのでは、聴こえ方が全く違ってきますよね。

「集中」して演奏するためには適度な「緊張」が必要です。スポーツで

も、音楽でも、ベストパフォーマンスが出来た時には、誰もが適度な緊張状態にあった、ということがわかっています。もし緊張してきたら、「よし！今日はきっといい演奏が出来るぞ！」と前向きに捉えましょう。とは言え、緊張のし過ぎは困りますよね。そんな時は、まず呼吸で心を整えましょう。目を閉じ、息を吸って吐くことだけに意図的に意識を向けることで、再度集中し、心のノイズを消すことが出来るとされています（マインドフルネス）。急には難しいので、普段から練習し、また、本番に向けた自分の「ルーティン」を作っておくことが大切です。（本番前にはこれをするという一連の流れのようなもの。もし演奏中緊張してきた時には、ここを見る、などの対策を立て、これも練習しておきましょう。）

5.終わりに

私が本番前、舞台袖で毎回こっそりしているルーティンがあります。それは、「今日こうして舞台に立たせていただき、ありがとうございます」と手を合わせることです。怪我や病気、天災や事件事故も起きず、無事本番を迎えられることは奇跡の積み重ねとも言えます。そして、一緒に演奏する仲間、舞台を支えるスタッフの方々、応援してくれる家族、たくさんの人たちのおかげで私たちは今日という日を迎えることが出来ています。それを思うと、「いい演奏がしたい」「いい賞が取りたい」という気持ちよりも、感謝とただただ音楽が出来る幸せを感じ、舞台に歩き出すことが出来ると思います。例え演奏がうまくいなくても、命がなくなるわけでも、世界が終わるわけでもありません！どうか、この奇跡の積み重ねが生んだ幸せな時間、仲間と奏でる美しい響きを満喫して下さい。ホールで演奏した後は、きっと今まで以上に「音楽って最高！！」と思えるはずですよ。



タイ・バンコク Sala Sudasiri Sobha