



## 吹奏楽部の皆さんへ

臨時休校も半分過ぎましたが、元気に過ごしていますか。  
自宅では思うように楽器の演奏ができない人もいると思いますが、  
今はじっと我慢の時ですね。美しい音楽を聴いたり、素敵な映像や絵をみたり  
小説を読んだりして心を耕す時間に使いましょう。

### 《今できること》

- ① 体力づくり            音楽は体力勝負！  
V字バランス・体幹トレーニング・ジャンプしながら声を出す。  
演奏するときにどこの筋肉を使っているかがわかります。  
「ワン・ツー・スリー・・・」（英語でカウントするのがおすすめです。  
シラブルの練習になる。）  
楽勝の人は歌を歌いながら・・・
- ② 歌う            自分の好きな歌、何でもOK！
- ③ いろんな音楽を聴く  
吹奏楽だけでなくオーケストラ 邦楽 ラテンなどなど世界中の音楽を聴いて自分の音楽のひきだしを増やしておきましょう。

YouTube が視聴できる人は、利用してみましよう。

- ・ TKWO 音楽の贈り物（東京佼成ウインドオーケストラ）
- ・ #おうちズーラシアン（ズーラシアンブラス）
- ・ 札幌交響楽団 吹奏楽ワンポイントアドバイス

早くみなさんと一緒に音楽ができるのを楽しみにしています。

