第32回クロマティックハーモニカ道場 一美塾 発表会

会場：ひまわりホール（大牟田市不知火町有明町１－１－２）

2026年11月22日（日）

♬ コメント集 ♬

コメント集とは

一美塾の発表会では、発表会を身近に感じていただくために、プログラムとこのコメント集をお渡ししています。これを読んで何かを感じていただければ幸いです。

コメント集には①目標　②結果　③コメントの３つを書きます。

①目標とは

次の発表会に向けての目標や２～５年先の目標などを自由に記入

②結果とは

目標に対してその結果がどうであったかを自分なりに分析して記入

③コメントとは

演奏にかける意気込みや発表会に向けてどのような心構えで臨んだか、将来どのようなハーモニカ奏者になりたいか、ハーモニカで今後どのような活動をしたいか、またどのような活動をしたかなどを記入します。

またハーモニカには全く関係のないこと、例えば日常生活の一コマや山登りやマラソン・ダンスなどの趣味、また家庭での出来事や友人・知人・ペットのことなど、何でも自由に書いてください。

コメントを読めば、その人の人生の一瞬が垣間見えます。その場面があたかもスクリーンに映し出されたかのようです。

第32回クロマティックハーモニカ道場 ー美塾 発表会

2026年11月22日(日)

曲順	演奏者等	演奏曲	教室
1	江﨑 尚美	ロシアより愛をこめて	チャント
	目標：基礎力の向上 結果：入門者用曲の練習		
2	梅原 ひろ子	秋桜（コスモス）	チャント
3	與田 桂子	舟唄	チャント
	基本練習を初心に帰って、今やり直しています。 何事も基本が大切というのを実感しましたので、繰り返し練習をこれからも続けて行きます		
4	堺 峯子	無縁坂	チャント
	母への想いを歌った”無縁坂”。わたしも亡き母を思い選曲しましたが難しくて想いが届くのか分かりません。落ち着いて演奏出来たらと思います。		
5	坂田 しおり	虹の彼方に	チャント
	目標：先月の教室内発表会でトチったので、今回そのリベンジ！ 結果：どうなるかはお楽しみ 先生方の熱心なご指導に感謝です。先輩方のように、いろんな曲を吹けるようになりたいです。		
6	大木 丈登	夕焼け小焼け	チャント
7	立石 昭和	サウンドオブミュージック	チャント
	ハーモニカは生涯の友として、付き合って行きたいと思っています。		
8	**チャント教室合奏**	**冬の星座（3重奏）**	チャント
9	宮川 研一	ニュー・シネマ・パラダイス 愛のテーマ	荒　尾
	最後の発表会？です。先生方々、そして一緒にハーモニカを楽しんできた皆さん、ありがとうございました。		
10	本多 洋子	裸の心	荒　尾
	裸の心は素直な飾らない心とピュアな恋を描いた曲です。このような思いをハーモニカで演奏できたらと思います。よろしくお願いします。		

第32回クロマティックハーモニカ道場 ー美塾 発表会

2026年11月22日(日)

曲順	演奏者等	演奏曲	教室
11	荒木 薫	海の見える街	荒　尾
	目標：速いパートをなめらかに演奏すること。 結果：苦戦中です。 ジブリアニメ魔女の宅急便の挿入歌です。一曲の中に様々な表情を見せてくれる素敵な曲です。		
12	北山 美穂	虹	荒　尾
	目標：基礎練習を頑張る。 結果：まだまだ、まだです。 力まず、最後まで一音一音、丁寧に演奏したいです。		
13	塘田 健二	G線上のアリア	荒　尾
	目標：息切れしない様に走り切る。 今までの発表会で１度も満足できる演奏が出来ていません。また今回は私にはちょっと難しい曲となりました。ちょっとでも上手くできると嬉しいのですが。		
14	北山 美穂＆塘田 健二	ダニーボーイ（デュオ）	荒　尾
	松間 泰雄		福　岡
	目標：正確な音階、濁らない音を吹く事です。 心地良いビブラートが出せる様になりたい。 今回は見学です。		
15	志賀 三男	星に願いを	福　岡
	目標　　毎日練習する。 結果　　ほぼ出来てる。 1940年（86年前）のディズニー映画ピノキオの主題歌だそうです。このきれいな曲をきれいに吹けるよう、星にお願いします。		
16	西村 博智	ユーアーマイサンシャイン	福　岡
	目標：音を正確に出したいです。 来年の忘年会でハーモニカを演奏したいです。その為に練習を重ねていきます。		

第32回クロマティックハーモニカ道場 ー美塾 発表会

2026年11月22日(日)

曲順	演奏者等	演奏曲	教室
17	野口 圭明	時計	福　岡
	目標：①吸気音の繰り返しをどうしのぐか、②アドリブの速さについて行く。 結果：まだゆとりを持った演奏には程遠い。苦しい曲です。 基礎力強化クラスに入って１年半が終わりましたが、まだまだ目標に達せず、力のなさを感じて進歩の実感が全くありません。発表会が早いペースで迫ります。ボランティアの声掛けも続いて、とてもゆとりのある生活からは程遠い状況ですが、刺戟ある日々でもあります。 体調の保てる間は更に精進したく思います。上級者、先輩達の演奏ももっと聴きたいです。		
18	中島 昌彦(ピアノ：木下 珠里)	白い恋人達	福　岡
	目標：アドリブ部分を間違えずに演奏する。 結果：まだ道半ばです。もっと練習が必要です。 今回は、桑田圭祐の「白い恋人達」に挑戦します。この曲は２００１年に発売（２５年前）された曲です。ゆっくりな曲のように思えますが、意外と速く（特にアドリブ部分）なかなか付いていけません。もっと吹きこんで発表会を迎えたいと思っていましたが・・・・ 時間切れでした。 あと３月あれば・・・・		
19	鮎川 宣博(ピアノ：木下 珠里)	主よ、人の望みの喜びよ (J.S.Bach)	福　岡
	目標：何とかスムーズに吹ききること。 結果：なかなか完結しないので努力中 究極の基礎練習曲として練習しているが、連続する吸う音に対応できず呼吸法をもっと練習すべし。 バッハの美しいメロディを全く表現できていない。		

第32回クロマティックハーモニカ道場 一美塾 発表会

2026年11月22日(日)

曲順	演奏者等	演奏曲	教室
20	中野 小夜子(ピアノ：木下 珠里)	タイスの瞑想曲	福　岡
	目標　日本全国ひとり旅をつづける〔体力維持・認知症予防・博物館好き〕 結果　秋田県以外は何とかクリア〔ツアーに一人参加も含めて〕 『合奏』は小学校の音楽の時間を思い出して、とても楽しいです。教室の練習で上達した時は、先生もみんなもニコニコしています。ところが演奏会合奏の本番、私はいつも『出たとこ勝負』になってしまいます。出だしから緊張感ドキドキ！途中は不安感でン？ン？ン？吹き終わるとニッコリ！・・・ホッと胸をなでおろすばかり💦 聞いた話ですが、『雅楽』というのは全員が互いの音や呼吸まで聞き合い、その都度『全体の時間』を作るのだそうです。曲に決まった時間があるのではなく、演奏毎、つまりその瞬間の全員の音で時間が立ち上がっていくといいます。これは『互いの存在を確かめ合うJAZZ』にもちょっと似ていて、いつかそんな感覚も味わってみたいと思っています。		
21	**福岡教室合奏**	**見上げてごらん夜の星を（2重奏）**	福　岡
22	戸田 豊香	My Way	筑紫野
	目標：楽しんで、吹けるようになりたい。 一美塾の発表会は、初めて参加させていただきます。日々の生活の中で、練習する時間がなかなか取れないのですが(言い訳です💦)頑張ります😊		
23	古賀 重俊	人生のメリーゴーランド	筑紫野
	目標：イントロからエンディングまで完奏し完走すること。 初めての曲に挑戦してみようと思いました。人生後半の最中、色んな想いが頭に浮かびます。		
24	松岡 宏道	北上夜曲	筑紫野
	この曲は、作者不詳の愛唱歌として歌われていましたが、歌謡喫茶での流行に目をつけた各レコード会社が、和田弘とマヒナスターズ、ダークダックス、菅原都々子などの歌により大ヒットし、一大ブームになりました。 当時１９６７（昭和４２）年、東京で勤務。 新宿の歌声喫茶で、みんなで一緒に歌ったのを思い出します！ ここで頑張って吹いてみます！		

第32回クロマティックハーモニカ道場 ー美塾 発表会

2026年11月22日(日)

曲順	演奏者等	演奏曲	教室
25	青木 まり子	また君に恋してる	筑紫野
	強化セミナーを受けて、一音一音を確実に吹ける様に心がけたり、先生から教えて頂いた事を考えながら練習するようにしている。 何度も何度も同じ事をおそわっているのにもう忘れている、情けない。 一生懸命練習は出来ないけど、マイペースで、頑張ります。 今、ハーモニカ大変楽しーい♪♫。		
26	水間 敏明	テネシーワルツ	筑紫野
	目標：情緒たっぷりに演奏する。 結果：音程を間違わない様にするのに精一杯。 アドリブが比較的簡単と思い曲を選定したが、音階がジャンプするので苦労。 Wikipediaによると、この曲は１９４８年の米国カントリーソングで、２００４年に、「３００万回賞」なるものを受賞した、スタンダードポピュラーソングとの事。つまり四六時中この曲を流し続けても１７年間かかるほど全世界で流れたとの事。日本では１９５２年に江利チエミが歌ったが、その時には私は聞いていない。		
27	坂本 佳子	乾杯	筑紫野
	目標：毎日、少しの時間でも練習する。 結果：８割程度出来ていると思う。 以前はアドリブにも挑戦して出来るようになりたいと思っていましたが、最近は、諦めが先に来て簡単な曲を選ぶようになりました。この気分も歳のせいかなあと思うこの頃です。		
28	**筑紫野教室合奏**	**星に願いを（2重奏）**	筑紫野
29	時 裕子	LOVE LOVE LOVE	久留米
	目標:　気持ちを込めた演奏ができたらと思います。 結果:　緊張すると思いますが頑張ります。 習い始めて約1年の頃に久留米教室の発表会で演奏し、今回再挑戦する曲です。音符を追って吹くだけでなく強弱や緩急などにも気を配って演奏できたらと思います。		
30	福永 広顕	雨	久留米
	三善英史歌うところの歌謡曲。私にとっては苦手な曲の一つですが、何とか折り合いを付けてイメージを膨らませて練習しています。		

第32回クロマティックハーモニカ道場 一美塾 発表会

2026年11月22日(日)

曲順	演奏者等	演奏曲	教室
31	渡邉 満子＆時 昌嗣	上を向いて歩こう（デュオ）	久留米
	目標：基礎練習をしっかりする 結果：以前よりは頑張りましたが～未だ 大好きな坂本九ちゃん、40数年前の大きな飛行機事故。その頃、私は関東に住み、実家の里帰りに飛行機を使っていました。後１日、後でしたら、あの飛行機に乗っていました。 テレビのニュース画面に、身が震え心がこおり、今でも忘れる事ができません。九ちゃんの奥様や子供さんは、どんなにか辛く、悲しかった事でしょう。 私は、今ある命を大切に、九ちゃんの曲を演奏していきたいと思っています。 ※自分や家族の励みのためにも～ ※ハーモニカを頑張って行く為にも～(先生方、一美塾の皆様、これからもよろしくお願い致します) 九ちゃんが、最後に作られた『心の瞳』も、大好きなステキな曲です。 今日は、時さんに特別に頼んで一緒に演奏してもらうことにしました。		
32	松本 豊太郎	見上げてごらん夜の星を	久留米
	目標：吹き吸いを口で噛まないように。 結果：なかなか難しい。 変な癖が付いてなかなか治らず困っています。先生のご指導で少しでも改善したい。		
33	時 昌嗣（ピアノ：時 裕子）	Without You	久留米
	目標：油断せずに最後まで演奏し切ること。 結果：最善を尽くします。 最近思いがけないところでミスをすることが多く、残念な演奏が続いています。今回は満足できる演奏ができたらいいなと思っています。		
34	徳永 孝子	浜名湖周航の歌	久留米
	頑張ります！！		

第32回クロマティックハーモニカ道場 一美塾 発表会

2026年11月22日(日)

曲順	演奏者等	演奏曲	教室
35	山下 トモ美	真珠採りのタンゴ	久留米
	目標：アドリブ大きくミスしないように！！ 一月は額の生え際にできた帯状疱疹 二月は歯を抜くことになり、五月には耳の不調で通院が始まり病院の待合室で過ごす時間の長かった事。 後期高齢者になったばかりの本年はあまり良い年ではありませんでした。今日チャレンジする曲に力を込めてがんばります！！		
36	菊次 君香	津軽のふるさと	久留米
	目標：口を大きく開く！　音を大に！ 結果：難しい。 野見山さんに届くといいな～ ※　野見山逸子さんは筑紫野教室に在籍されていました。残念ながら2023年9月にお亡くなりになりました。野見山さんの故郷が津軽だったと思います。一美塾の姉御的存在で、朗らかでみんなをぐんぐん引っ張っていく頼りがいのある人でした。（中島一夫）		
37	**久留米教室合奏**	**花の街（3重奏）**	久留米
38	内田 誠	小さな喫茶店	大善寺
	目標：自身で選曲した好きな曲をしっかり演奏できるようにする。 結果：今年はこの曲です。１年で自分が満足できるようになるまでにもう少しですが、もっともっとできる。 毎日１０分間練習を続けております。新しい曲をやりたい気持ちをグッとこらえて、今やってる曲を地道にやろうと思ってます。レパートリーは増えませんが、確かな演奏を目指したいと思います。		
39	森光 惠子	サライ	大善寺
	目標：完奏する事 結果：未だ半ばです。 この曲は、私にとっては難しいアドリブの多い曲で、まだ完全ではありませんが何とか吹くところまできました。発表会が終わっても完全に近くなる様に練習していきたいと思います。		

第32回クロマティックハーモニカ道場 ー美塾 発表会

2026年11月22日(日)

曲順	演奏者等	演奏曲	教室
40	内田 理恵	つばめ	大善寺
	目標：間違えずに吹く。 結果：まだまだです。 我が家の店に１５年の間ツバメがやって来ます。ツバメの巣が現在、3ケ所になり、リフォームしたり新築したり・・・・毎年同じツバメなのか、親子なのか・・・全くわかりませんが、ツバメの子育ては１日も休むことなく子供が巣立つ日まで続きます。毎年感心します。カラスに食べられたり、巣から落ちたり、無事に巣だった子ツバメはトータルすると半分くらいかもしれません。 この曲を初めて聞いたとき感動しました。まだ練習が足りず不安定な演奏ですが、これからもずっとこの曲を吹きたい気持ちです。		
41	**大善寺教室合奏**	**サリーガーデン（2重奏）**	大善寺
42	高本 昌範	小さな木の実	龍　田
	両先生には１１年間、ご指導を頂き有難うございました。 先生方に出逢え、ハーモニカは勿論、様々の物事に対する姿勢を、学ばせて頂いたと感謝申し上げます。 人前で演奏した時の充実感、その為の準備と工夫、モチベーション維持への取り組み法、演奏そのものは拙い物ですが、下手なりに、達成感は得らるるものと感じます。 またミューズスコアを紹介して頂き、時間を掛け継続していくと何とかなるものだなと楽しみが増えました。第九の第四楽章（１３楽器編成スコア）を３年がかりで手掛けています（未だ未完）。楽譜は読めずとも聴いて愉しむ事が出来ます。 （ゆっくり歩む者は遠くまで行ける）と謂うそうです。練習をボチボチ続けて参ります。 有難うございました。		
43	松本 典子	上を向いて歩こう	龍　田
	目標：リズムに乗って演奏する。 まだまだ基礎の出来てない自分ですが、コツコツとやり続けたい。 龍田教室は今年いっぱいで無くなりますが、教室の仲間とも、さらに前進していきたい。来月は母のいる施設のクリスマス会で仲間と共にボランティア演奏をします。		

第32回クロマティックハーモニカ道場 ー美塾 発表会

2026年11月22日(日)

曲順	演奏者等	演奏曲	教室
44	木下 正直	８０日間世界一周	龍　田

目標　完奏(濁らない単音、レバー操作)

過去4年間の演奏曲

第25回　夕焼け小焼け
第26回　ラブミーテンダー
第27回　七つの水仙
第28回　ドナドナ
第29回　Jinのメインテーマ
第30回　夕焼け小焼け
第31回　ユーアーマィサンシャイン
今回（第32回）　80日間世界一周

これまで両先生から多くの教えを頂きました。
・ハーモニカの咥え方、握り方を間違えない。
・姿勢の確認、正面を見て演奏する。
・親指、人差し指、中指の位置の確認、人差し指の第一関節の1ミリ上にレバーを固定する。
・レバーはユックリと軽くおす、最後まで押し込まない。
・演奏をする時は階名を思い浮かべながら行う。
・頭の中に刷り込むまで行う。
・暗譜の方法は小節毎に短くして暗譜する。
・階名を確認しながら練習、ジャンプの練習方法、音が混ざらないこと。
・トミーライリーの練習方法、距離感を掴む練習方法、半音階の覚え方。吹き吸い時の唇の開け方は一定、広げたり狭めたりしない。
・ウォームアップ初級中級完璧に出来ること。毎日ウォームアップAを30分間で5回繰り返す。
・情景を思い浮かべながら演奏する。
・演奏中は緊張をほぐすため身体を少し左右に揺らしながら演奏する。
・目標を掲げたら行動が伴う。今あるモノを大事にる。

等々他にも数多くの教えを頂きました。今後も基礎練習に比重を置いた練習を行って基礎を固めて行きたいと思っています。
『過去と他人は変えられないが、自分と未来は変えられる』龍田教室での4年間のご指導本当に有り難う御座いました！
今後もクロマチックハーモニカは続けて行きます！

第32回クロマティックハーモニカ道場 一美塾 発表会

2026年11月22日(日)

曲順	演奏者等	演奏曲	教室
45	**龍田教室合奏**	**アニーローリー（2重奏）**	龍　田
46	大塚 宏文	見上げてごらん夜の星を	北九州
	目標：アドリブをこなすこと。 結果：途中のつまずきが気になる。 残念なことに、来年３月北九州教室は閉鎖いたします。それで、大牟田会場での私の演奏はこれが最後となります。皆様には大変お世話になりました。今後益々のご発展を祈っています。		
47	荒牧 亨	里の秋	北九州
	幼い頃よく可愛がってくれた、祖父母が住んでいた故郷の秋を思い出しながら、精一杯演奏します…		
48	永野 聡子	ルパン三世のテーマ	北九州
	目標　一音一音大切に吹く 結果　現在進行中　道のりは遠い 今年の５月にジャズピアニスト・作曲家の大野雄二さんが亡くなりました。１０年ほど前に「Yuji Ohno & Lupintic six」のコンサートに行きました。ピアノの前に座る大野さんは小柄でやさし気なおじいちゃんという感じでしたが、演奏を始めるとパワーとオーラが凄い！圧倒されたのを覚えています。 最後の発表会、先生方と一美塾の皆様に感謝と愛をこめて、大好きな彼の曲を演奏します。 今までありがとうございました。		
49	久保 健治	いとしのエリー	北九州
	この曲はサザンオールスターズ3枚めのシングルで1979年3月に発売された日本のポップス史に輝く✨不朽のバラード名曲です。表現力はまだまだですが、頑張ります💪 今回、北九州教室としては最後の全体発表会となりました。中島先生、由美先生にはこれまで不器用な私にも暖かく指導して下さり本当に感謝しております🙇 来年3月を持って中島教室は無くなりますが、同好会という形では存続する予定です。これからも先生の急がば回れの教え、スケール練習をコツコツして行きます。		

第32回クロマティックハーモニカ道場 ー美塾 発表会

2026年11月22日(日)

曲順	演奏者等	演奏曲	教室
50	**北九州教室合奏**	**我は海の子（3重奏）**	北九州
51	吉村 幸子	ベサメムーチョ	佐　賀
	クロマチックを始めて10年余りが過ぎ、私の人生は変わったと言っても過言ではないかもしれません。 多くの人と知り合うことができたこと、また自分に自信を持って、積極的に一生懸命に取り組むことができるようになったことです。音楽の楽しさも再認識できました。 中島先生、由美先生が生徒数が少なくても10年間毎回佐賀教室に教えに来てくださったおかげです。心から感謝しています。お礼申し上げます。また、佐賀教室発表会には遠い他教室から参加してくださり、とても励みになりました。ありがとうございました。 今日の発表会に向けて選曲をするときに、やはりこの10年で一番練習した「ベサメムーチョ」にしようと決めました。 これからも発表会などで皆さんにはお世話になることと思います。どうぞよろしくお願いいたします。		
52	永野聡子・吉村幸子・久保健治	鈴懸の径（トリオ）	北九州・佐賀
	最初で最後のトリオ演奏！ ３人で合わせる機会はなかなかありませんでしたが、吉村さんの足を引っ張らないように必死でついていきます（久保、永野） 初めて北九州の久保さんと永野さんとトリオに挑戦しました。（吉村）		
53	合瀬 秀樹(ギター：合瀬 薫)	ひまわり	佐　賀
	目標：１音１音を正確に、音の長さも正確にそして柔らかくなめらかに吹くこと。 今年で佐賀教室が終了するので少しさびしいです。あっという間の８年間でした。クロマチックハーモニカを手にしてどうやって吹こうかと思った時に、クロマチックハーモニカ教室のことを知って習おうと思いました。最初は全然音が出せなくて、中島先生ご夫妻に丁寧に熱心に教えて頂き３年目ぐらいから少し吹けるようになり、５年目ぐらいから４オクターブの音が出せるようになったかなと思います。 クロマチックハーモニカに出会い豊かな時間が持てたと思います。 先生方ありがとうございました。今回、演奏曲に選んだ”ひまわり”は３２４回練習しました。でも、うまく吹けません。		
54	**佐賀教室合奏**	**冬景色（2重奏）**	佐　賀
	息が合って、きれいな冬景色が見えますように☺（吉村）		

第32回クロマティックハーモニカ道場 一美塾 発表会

2026年11月22日(日)

<table>
<tr><th>曲順</th><th>演奏者等</th><th>演奏曲</th><th>教室</th></tr>
<tr><td rowspan="2">55</td><td>中島 一夫</td><td>Mambo Inn</td><td>講　師</td></tr>
<tr><td colspan="3">ハーモニカを始めて約３０年近くなりますが、ドレミファソラシドを練習した量は誰にも負けないという自負があります。
スケール練習は一番最初にやります。開始するときはいつも時計を前に置いて、よし！今からやるぞと気合いを入れて始めます。ダラダラとしない。いつかは世界一のハーモニカ奏者になるぞ（非現実的でも想像、イマジネーションは自由）と自分自身に言い聞かせて練習します。誰にも出せない太くて柔らかい包み込むような音を常に目指しています。深くくわえる、そして口が緊張しないようにといつも細心の注意を払っています。4オクターブのすべての音域で練習します。

一見馬鹿なような簡単なスケール練習でもコツコツとやっていると、音に張りが出てきて音色が変化します。口先が緊張しなくなります。唇がマウスピースの上を滑るようになります。ハーモニカの左右の動きのぎこちなさがだんだんとなくなります。ミスをしなくなります。段々と難易度の高い曲が吹けるようになります。1曲を仕上げる時間が格段と短くなります。体全体の力みがだんだんと取れてきます。暗譜が苦にならなくなります。音名（階名）がいつも頭の中を流れるようになります。ハーモニカの動きが頭の中でイメージできるようになります。音名が頭の中を流れてハーモニカの動きがイメージできるようになると、音を出さなくてもハーモニカの練習ができます。頭で練習することの効果は絶大。
演奏でミスをしたらどこに問題があったかを自分なりに分析しますが、人の心を傷付けるわけじゃなし、こういうこともあるさと開き直り、明日以降に持ち越さない。（しかしミスをした箇所は忘れない。）
どうやってハーモニカに取り組むかという心構え、心の持ちようが一番大事だと思っています。</td></tr>
<tr><td rowspan="2">56</td><td>中島 由美(ピアノ：木下 珠里)</td><td>四季メドレー</td><td>〃</td></tr>
<tr><td colspan="3">人はどうでも良いことは罪悪感、劣等感、嫉妬を感じません。
ハーモニカの練習をさぼった時の胸の痛み、、、ハーモニカへの愛情があるから。
あの人のように吹けない自分が情けない、、、あの人のように吹ける力があるから。
上手に演奏できる人がうらやましい、、、上手に吹ける力が備わってるから。
～全て感情は、貴方の真実を知らせる宝物～</td></tr>
</table>