薬指が痛い

岩見沢市医師会
にしざわ耳鼻咽喉科クリニック
西澤（にしざわ）　伸志（しんじ）

従来、独学でピアノを練習していましたが、ピアノの専門教育を受けていた家族から「楽譜を見て弾け」と。そこで2008年の教育大のピアノの市民開放講義に応募し、その際担当された学生さんを含め2013年まで３人の鍵盤楽器専攻の学生さんにコーチをいただきました。終わりごろ「もう独りでできます」と言われました。スキーでいえば「ボーゲン程度には弾ける」レベルに達したと判断しておりました。ところが「リズムがでたらめ、和音が間違っている」との指摘があり、再学習の必要を認識しました。2024年の晩秋に教育大の「鍵盤専門」の学生さんに改めてコーチをお願いした次第です。

新コーチの前で弾いてみますと「この音はきれいだ」とまず褒めてくださりました。お世辞はそこまでで、不出来の部位の指導に至ると、「ペダルが曖昧、左手が聞こえない、右手の和音は薬指の音が間違っている、メトロノームを使いましょう、ピッチは一番短い音を左の手で膝をタップして基準とする、座る位置は最も高い音と低い音の中央に」などなど……「まず褒めて育てる」は山本五十六の指導法に似ており、学生なのに「人を育てる方法」を実践されており、感心するやら驚くやらです。

従来、自宅で毎日早朝２時間ほど「月の光、悲愴、葬送曲……」など10曲を練習していましたが、上述の指摘を「亜麻色の髪の乙女」の他２曲で指導していただくことにしました。「亜麻色」には主旋律にリズムが８種類あり、いまだにOKが出ません。新たに指の矯正のため小学校のコンクールの課題曲「インベンション１番」が追加です。基礎訓練を怠ったことの付けが顕著になりました。音声障害患者さんの音域検査用に備えたクリニックのピアノで、従来から外来開始前と昼休みに練習しておりましたが練習時間が足りなくなったので、帰宅前にも小一時間追加です。さらにインベンションの13番が加わりました。７月になると、「ベートーヴェンのソナタ」の提言があり、26番の「告別」の１としました。この曲は７ページあり、１ページに15分要します。１回の練習に100分要していますが、1,000回ほど練習すると30分以下になる見込みで、フレイルになる暇もありません。おかげで深みのある音が得られてきたような気がします。

突然コーチから「９月から2026年３月まで岩見沢に居ない。８月16日が本年最後。その後はスマホでレッスンにします。長い曲なので区切り良いところで、分けて練習しましょう」との提言でした。直接の指導とWebの指導では内容に10倍以上の差があると判断し、「16日の最終日まで行き着くところまで行こう。区切らず通して練習し、たくさんの宿題を先回りして頂いておこう」と計画しました。

８月初めに右の薬指が痛くなりました。痛みが引くと左の薬指に痛みが生じました。お盆休みは従来の練習に加え、ソナタを毎日２回練習しました。ピアノ合宿のようなお盆休みです。お盆に入りましたら右の人差し指に痛みが生じ、それが解消する頃に小指が痛くなり、その翌日には左の小指が痛くなりました。産業医の立場からしますと「過度な単純労働」の改善勧告に該当する事案です。35年ほど前、防衛医大にてテニスの後、右前腕に強い痛みを自覚したので、自分で痛点に局所麻酔薬を注射しました。すると痛みは取れたものの、薬指が開かなくなり、小一時間ほどカルテの記載に支障が生じました。この経験からピアノの痛みは、「待つのみ」です。

当初１ページの指導予定でしたのにコーチは時間をはるかに超過し、３ページ、３か月分相当を指導してくださいました。VTRに記録したので年末までの課題は頂けました。これで一安心です。コーチには感謝の念に堪えません。

小学生時代「ピアノが弾ける同級生がまぶしく、うらやましく」の想いがあり、「習得の機会があったら実行しよう」が文頭の独学です。数年前から、だれが弾いてもよい「街角ピアノ」が設置され北海道は兵庫県（58台）に次いで多く（56台）、岩見沢駅、旭川駅、小樽サンモール等にあります。ここでのデビューはこの小学生時代からの憧れの清算となります。

後日、介護施設の管理者になった暁には、施設にて逝去された方にショパンの葬送曲第三楽章を最後の生演奏として弾いて聴かせて差し上げたいものです。逝去された方は「うるさい、あるいは耳が壊れる」とは申されず「静かに聴き入ってくださる」ので、それに報いるためにはリズムを正確に弾く必要があります。リズムが乱れると帰天される方は雲の階段を踏み外すかもしれません。賽の河原で歩を進める方は石につまずくかもしれません。つつがなく天国にあるいは彼岸に到着されますように、指が痛くてもメトロノームを使って練習です。ウィーンのベートーヴェンのお墓に行きますと、墓碑が高さ５メートルほどのメトロノームを模した墓石になっておりました。墓碑の形状から、「音楽の根本はリズムにある」と考えていたと推測されます。彼は晩年耳が聞こえなくなりましたが。

ある日第二待合室のピアノで練習しておりました。葬送曲は31小節目から静かな曲想になりますが、事務の方と待合に居合わせた患者さんからそれぞれ「なんで悲しい曲を弾くの？　気持ちが暗くなる」との小言です。私のレベルでも他人に「曲想」が伝わることがわかり、小さな自信になりました。