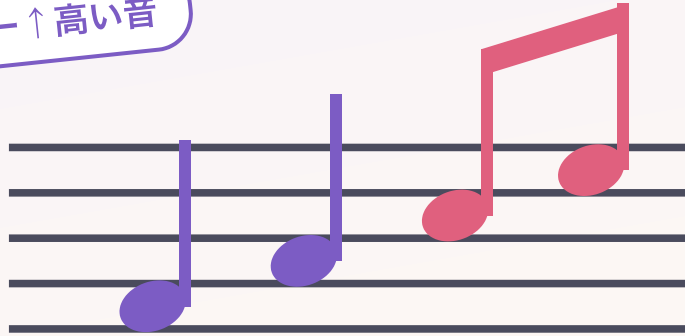


ピュー↑高い音



ドーン↓低い音

音の高さと低さ

耳をすませて、音の高さを感じてみよう



この教材の使い方

1

声と体で感じる

音楽は、歌ったり手をたたいたりするほど身につきます。気になったところは、何度でも声に出してみましょう。

2

本物の音を聴く

この教材に出てくる曲や楽器は、音源や動画でも聴いてみましょう。耳で知ると、理解がぐっと深まります。

3

「やってみよう」は手と体で

答えは30ページにあります。正解がひとつではない問題もあります。自分の感じ方を大切にしましょう。



Ken (ケン)

音楽が好きな中学生。ギターを始めたばかり。



Emma (エマ)

カナダから来た留学生。ピアノが得意。

もくじ

音の高さってなに	3～5
声と楽器で感じる	6～9
聴きくらべる	10～12
楽器と体で表す	13～17
ドレミへ	18～19
練習しよう	20～24
ふり返り	25～30

高い音・低い音

音には、高い・低いの違いがあります。

音には、**高い音**と**低い音**があります。

ピアノの鍵盤は、右へ行くほど高い音、左へ行くほど低い音が出ます。ためしに、はしからはしまで指でなぞってみましょう。



高い音・低い音の例

小鳥の声

雷の音

ホイッスル

太鼓

赤ちゃんの声

地面がゆれる音

同じ「音」でも、高さはさまざまです。

ポイント

- 音の高さは、音楽を表現する大切な材料のひとつです。
- 高い・低いに、良い悪いはありません。それぞれにちがう魅力があります。

やってみよう

- まわりで聞こえる音を1つえらび、高いか低いか考えてみよう。 _____
- 自分の声で、できるだけ高い声と低い声を出してみよう。

書いて覚えよう

音の高さの正体を知ろう。

vibration

ものが細かくふるえる動き

frequency

1秒間にふるえる回数

- ものが**速く**ふるえると高い音、**ゆっくり**ふるえると低い音になります。
- 細くて短い弦は速くふるえ、太くて長い弦はゆっくりふるえます。

1. 輪ゴムを指で引っばって、はじいてみよう。強く引っばるほど音はどうなる？

ワンポイント のどの中にある声帯（せいたい）も、細かくふるえて声の高さをつくっています。

書いて覚えよう

身のまわりの高い音と低い音

毎日の中に、高低の音があふれています。

台所

やかんの笛は高い、なべをたたくと低い

学校

チャイムの上の音は高く、下の音は低い

まち

救急車のサイレンは高い、工事の音は低い

自然

小鳥の声は高く、風の音は低い

体

つま先立ちの声は高く、あくびは低い

夜

目覚まし時計は高く、いびきは低い



Ken

そういえば、うちの犬の鳴き声は高いなあ。

Emma

小さい動物ほど、高い声を出すことが多いんだよ。



ポイント

- 意識して聴くと、まわりには高低さまざまな音があります。
- 生き物の大きさと声の高さには、関係があることが多いです。

やってみよう

1. 家の中にある高い音・低い音を、それぞれ1つ書こう。

書いて覚えよう

自分の声で、音の高さを変えてみよう。

- 声帯を細く、ぴんと張ると高い声になります。
- 声帯をゆるめると、低い声になります。
- ふだんの声より低く出す声を「裏声（うらごえ）」とよぶこともあります。

1. 「あー」と言いながら、だんだん声を高くしてみよう。
2. 反対に、だんだん声を低くしてみよう。
3. 高くした声と低くした声、どちらが楽に出せた？

ワンポイント 無理に高い声や低い声を出しすぎると、のどが疲れます。少しずつ試しましょう。

書いて覚えよう

楽器の高い音と低い音

楽器ごとに、得意な高さがちがいます。

高い音が得意

ピッコロ

小さくて細い、高い音の笛

バイオリン

細い弦で高い音も出せる

低い音が得意

コントラバス

大きくて太い弦の楽器

チューバ

太い管を通る低い音

ポイント

- 楽器は、大きさや弦・管の太さによって出せる高さがちがいます。
- 小さい楽器ほど高い音、大きい楽器ほど低い音が出やすい傾向があります。

やってみよう

1. 知っている楽器を1つ思いうかべ、高い音・低い音のどちらが得意か考えよう。

書いて覚えよう

8

耳で、音の高さをくらべてみよう。

- 2つの音がまったく同じ高さのとき、「同じ高さ」といいます。
- 同じ高さの音は、いっしょに鳴らすとぴったり重なって聞こえます。
- 少しでもずれていると、うなるような響きになることがあります。



Emma



1. 友だちや家族と、同じ高さの声を出してみよう。ぴったり合った？ _____
2. こんどはわざと高さをずらして声を出し、ちがいを感じてみよう。

高さのちがう2つの音

2つの音のちがいを聴き分けよう。

2つの音をくらべよう



①と②、どちらが高いでしょうか。楽譜の位置を見て答えましょう。

ポイント

- 2つの音を聴きくらべるときは、続けて鳴らすとわかりやすくなります。
- 楽器やピアノがなくても、声で音を出してくらべることができます。

やってみよう

1. 上の①と②、どちらが高い音ですか。 _____
2. 家にある2つの物（コップとなべなど）をたたいて、音の高さをくらべよう。

書いて覚えよう

[illegible]

音の高さと気持ち

高さによって、感じ方が変わります。

音の高さ	よく感じる印象
とても高い音	きんちょう、するどい
高めの音	明るい、かるい
低めの音	おちついた、あたたかい
とても低い音	どっしり、力強い

ポイント

- 映画や物語では、こわい場面で低い音、明るい場面で高い音が使われることがあります。
- 感じ方には個人差もあります。自分がどう感じるかを大切にしましょう。

やってみよう

1. 高い音を聴いたとき、あなたはどんな気持ちになりますか。

書いて覚えよう

とても高くて細い声

高めのやわらかい声

中くらいから低めの声

低くて大きな声

とても低くひびく声

低めでよく響く声

- 体が大きい生き物ほど、低い声を出すことが多いです。
- これは、体が大きいほど声帯もゆっくりふるえるためです。

1. 知っている動物を1つえらび、鳴き声が高いか低いか書こう。

低い音が出る楽器・高い音が出る楽器

楽器の仲間を、高さで見よう。

フルーツ

細長い管の、高くすんだ音

トライアングル

小さく高い金属の音

ギター

中くらいの高さの音

チェロ

太い弦の、低めのやわらかい音

コントラバス

とても低く太い音

大だいこ

低くひびく打楽器

ポイント

- オーケストラでは、高い楽器から低い楽器まで役割を分けて演奏します。
- 低い楽器は、演奏全体を下から支える役目をすることが多いです。

やってみよう

1. 上の楽器のうち、いちばん低い音が出そうなのはどれ？

書いて覚えよう

声変わりと音の高さ

成長とともに、声の高さも変わります。

ポイント

- 成長の時期に、のどにある声帯が長くのびて、声の高さが変わることがあります。
- とくに男の子は、声が大きく低くなることが多いです。
- 声が変わっている間は、無理に高い声や大きい声を出さないほうが安心です。



Ken

最近、声がちょっと低くなった気がするんだ。

Emma

それは体が成長しているサインだね！



やってみよう

1. 1年前と今で、自分の声の高さは変わったと思いますか。 _____

ワンポイント 声变りの時期にのどに違和感を感じたら、無理をせず休ませてあげましょう。

書いて覚えよう

高さを当てるゲーム

耳で高さを聴き分ける練習をしよう。

高さ当てゲームのやり方

①1人が目をとじる。②もう1人が「高い声」か「低い声」で「あー」と言う。③目をとじた人が「高い」か「低い」かを答える。④正解なら交代する。

ポイント

- 同じくらいの高さで出すと、より難しいゲームになります。
- 楽器を使ってもできる、耳を育てる遊びです。

やってみよう

1. 家族や友だちと、高さ当てゲームを5回やってみよう。何回正解した？ _____

書いて覚えよう

だんだん高い音にしていく

だんだん低い音にしていく

高い音をひらひらと動かす

低めの音でゆっくり進む

- 音の高さの動きだけでも、景色や動きを表すことができます。
- 声や鍵盤ハーモニカなど、身近な音でも表現できます。

1. 「山をのぼって、谷におりる」音の物語を声で表現してみよう。

一般社団法人文化芸術支援協会 | 音の高さと低さ 個人の学習目的に限り利用できます（商用利用・再配布禁止）

ドレミへのつながり

音の高さに名前をつけると、もっと便利になります。

ドからドまで



音の高さに「ドレミファソラシド」という名前をつけると、高さを言葉で伝えられます。

ポイント

- ここまで学んだ「高い・低い」に、名前がつくと、より正確に伝え合えます。
- 次のタイトルでは、このドレミファソラシドをくわしく学びます。

やってみよう

1. 「ドレミファソラシド」を声に出して、上がりながら歌ってみよう。

書いて覚えよう

実際にやってみよう・ペアやグループで練習しよう

1人でも、みんなでも高さを感じてみよう。

A (声で) ひくーい音

B (まねして) ひくーい音

A (声で) たかーい音

B (まねして) _____

A (自由に高さを変える) _____

B (まねして) _____

ポイント

- Aが出した高さを、Bができるだけ正確にまねするゲームです。
- 人数がいれば、順番を交代しながら何度でも楽しめます。

ワンポイント うまく合わなくても大丈夫。相手の声をよく聴くことが、いちばんの練習になります。

書いて覚えよう

よくあるつまずき・上達のコツ

うまくいかないときの、ヒントを知ろう。

つまずき

よくあること

高い声が出にくい

のどに力が入りすぎる

音の高さがわからない

似た高さで迷う

コツ

こうしてみよう

肩の力をぬく

リラックスして声を出す

2音を続けて聴く

ちがいに集中する

ポイント

- 高さを聴き分ける力は、練習すれば少しずつ育っていきます。
- うまくいかない日があっても、あせらず続けることが大切です。

やってみよう

1. あなたが感じたつまずきは？ _____
2. 上のコツから1つえらんで、試してみよう。

書いて覚えよう

用語をおさらい

この教材で出てきた言葉を確認しよう。

音の基本

☐ 高い音

細かく速くふるえる音

☐ 低い音

ゆっくりふるえる音

☐ 振動

細かくふるえる動き

表し方

☐ 楽譜の位置

上が高い、下が低い

☐ 手の高さ

高低を手の動きで表す

☐ ドレミ

音の高さの名前

声とのど

☐ 声帯

声の高さをつくる部分

☐ 裏声

低くした声

☐ 声変わり

成長で声が変わること

聴く力

☐ 聴き分け

高さのちがいに気づく

☐ 聴きくらべ

2つの音をくらべる

☐ 音色

音の種類の特徴

ワンポイント 覚えた言葉に✓をつけよう。言葉を知ると、感じたことを人に伝えやすくなります。

書いて覚えよう

高い音	●	● ア. 1秒間にふるえる回数
低い音	●	● イ. 音の高さの名前
振動数	●	● ウ. 声の高さをつくる部分
声帯	●	● エ. 速くふるえてできる音
ドレミ	●	● オ. ゆっくりふるえてできる音

書いて覚えよう

目覚まし音は高い？低い？たしかめる

食器の音の高さをくらべる

聞こえる音の高さに注目する

声の高さを自由に変えて歌う

家族と高さ当てゲームをする

楽器の音の高さをさわってたしかめる

- 1回5分でも、続けることで耳の感度が育っていきます。
- 声を出すときは、のどをいたわりながら楽しみましょう。

発表してみよう・感想を書こう

気づいたことを、人に伝えてみよう。

見つけた高い音

見つけた低い音

おどろいたこと

いちばん好きな高さ

Ken の例

見つけた高い音 電子レンジの音／見つけた低い音 洗濯機の音／おどろいたこと 声の高さで犬が反応をかえたこと

感想を3文で書こう

① 音の高さについて、～と気づきました。② とくに、～が印象に残りました。③ これから、～してみたいです。

書いて覚えよう

もっと知りたい人へ・次のステップ

音の高さの世界は、まだまだ広がります。

もっと知りたい人へ

楽器店で

いろいろな楽器の音を聴いてみる

動画で

オーケストラの演奏を見る

次のステップ

リズム

音の長さや間を学ぶ

拍子

音楽のまとまりを感じる

ドレミ

音の名前をくわしく覚える

ポイント

- この教材の次は「リズムを感じよう」。音の長さや間の感じ方を学びます。

書いて覚えよう

音の高さと低さチャレンジ

耳をすませて、音の高さを楽しもう。

聴こう

いちばん高い音をまちの中でさがす

感じよう

いちばん低い音をまちの中でさがす

表そう

手の動きで、聞こえた音の高さをなぞる

こたえ

L19 ドレミファソラシド

L26 高い音→エ 低い音→オ 振動数→ア 声帯→ウ ドレミ→イ 2.
振動（しんどう） / 3. 声帯

L33（例）音の高さは、ふるえの速さで決まる。速いと高く、ゆっくりだと低くなる。

書いて覚えよう

音の高さと低さ（Season 1 | No.2）

発行：一般社団法人文化芸術支援協会

この教材の著作権は一般社団法人文化芸術支援協会に帰属します。個人の学習および家庭内での利用に限り、閲覧・保存・印刷ができます。

有料の講座・塾・研修での使用、販売・再配布、改変しての公開、生成AIへの入力などの商用利用は禁止しています。

くわしくは当協会ウェブサイトの「ウェブサイト利用規約」をご覧ください。