

スケールとは音階のこと。特にポップス・ロック・ジャズなどでは、スケールについて理解しておくことは重要なポイント。この本で解説した用語、これだけはぜひマスターしてください。例えば車を運転するのに道路を覚えるように（電車なら路線）、スケールの勉強も音楽上の約束事を一つ一つ理解していくために必要なのはいうまでもないことです。

本書は、スケールに興味あるが理論書はどうもとっつきにくくてという方のために、項目別にわかりやすく解説してみました。いつもバックの中に入れて持ち歩き、ツマミ食いの的に読みたい所を見て、実際の演奏や曲作りに役立てていただければ幸いです。

それでは、Have a nice scale !!

## 本書を読む前に

スケールのしくみを勉強する前に、ぜひとも知っておきたいのが、音程（インターバル）とディグリー・ネームだ。

## 音程

### Interval

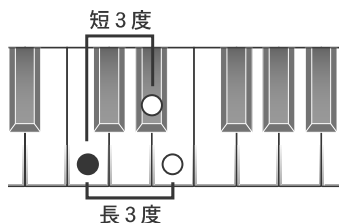
音程（インターバル）とは、ふたつの音の高さの距離のことで、数え方はスケール（音階）を元にし、順に単位として度（ディグリー/degree）という言葉を使って呼ぶことになっている。1度は同じ音となるため、同度（同音）あるいはユニゾンともいい、8度は1オクターヴという。

1度、4度、5度、8度は『完全』を度数の前につけ、この音程を「完全音程」という。

2度、3度、6度、7度は『長』や『短』を度数の前につけ、『長』の音程は「長音程」、『短』の音程は「短音程」という。

完全音程と長音程を半音上げた音程は「増音程」といい、度数の前に『増』をつける。また、完全音程と短音程を半音縮めた音程のことは「減音程」といい、度数の前に『減』をつける。

### ユニゾンと長・短音程



完全音程と減・増音程

減5度

増5度

完全5度

## ディグリー・ネーム

### Degree Name

ローマ数字の I、II、III、IV、V、VI、VII を使用したコードの表示方法。キー C のスケール上のコード・ネームにディグリー・ネームを当てはめて覚えてみよう。

I II III IV V VI VII

1度 2度 3度 4度 5度 6度 7度  
 ファースト セカンド サード フォース ファイブ シックス セブンス  
 first=1st second=2nd third=3rd forth=4th fifth=5th sixth=6th seventh=7th

度=degree 調=key

調 \ 度	I	II	III	IV	V	VI	VII
Key=C	I maj7	II m7	III m7	IV maj7	V 7	VI m7	VII m7 (b5)
Key=F	F maj7	G m7	A m7	B <sup>b</sup> maj7	C 7	D m7	E m7 (b5)
Key=B	B <sup>b</sup> maj7	C m7	D m7	E <sup>b</sup> maj7	F 7	G m7	A m7 (b5)
Key=G	G maj7	A m7	B m7	C maj7	D 7	E m7	F <sup>#</sup> m7 (b5)
Key=D	D maj7	E m7	F <sup>#</sup> m7	G maj7	A 7	B m7	C <sup>#</sup> m7 (b5)

---

**Chapter-01** スケールの基礎 Fundamentals of Scale

---

スケール／Scale .....	008
コード・スケール／Chord Scale .....	009
スケール・ノート（音階的構成）／Scale Note .....	010
ダイアトニック・スケール（全音階）／Diatonic Scale .....	011
ダイアトニック・コード／Diatonic Chord .....	013
メジャー・ダイアトニック・コード／Major Diatonic Chord ...	014
マイナー・ダイアトニック・コード／Minor Diatonic Chord ...	014
ノン・ダイアトニック・コード／Non Diatonic Chord .....	015
メジャー・スケール（長音階）／Major Scale .....	019
マイナー・スケール（短音階）／Minor Scale .....	021

---

**Chapter-02** モード・スケール Mode Scale

---

教会旋法（チャーチ・モード）／Church Mode .....	026
アヴェイラブル・（ノート）スケール／Available Note Scale ...	031
短旋法（マイナー・モード）／Minor Mode .....	037
クロマティック・スケール（クロマチック・アプローチ・ノート・スケール） ／Chromatic Scale .....	038
ドミナント・セブンス・スケール（ドミナント・モーション・スケール） ／Dominant Seventh Scale .....	040
オルタード・ドミナント・スケール／Altered Dominant Scale ...	043

リディアン・ドミナント・セブンス・スケール /Lydian Dominant Seventh Scale	044
ホール・トーン・スケール(6音階)/Whole Tone Scale	045
ディミニッシュ・スケール/Diminished Scale	046
コンビネーション・オブ・ディミニッシュ・スケール /Combination of Diminished Scale	048
パッシング・ディミニッシュ・スケール/Passing Diminished Scale	050
ハーモニック・マイナー・スケール・フィフス・ビロウ /Harmonic Minor Scale 5th Below Scale	053
ロクリアン・シャープ・セカンド・スケール /Locrian Sharp Second Scale	055
オルタード・スケール (スーパー・ロクリアン) /Altered Scale (Super Locrian)	057
ハーモニック・メジャースケール/Harmonic Major Scale	059
循環コードとしてのコード・スケール/Chord Scale・Cyclic Chord	061

## Chapter-03 ブルース

Blues

ブルース・スケール/Blues Scale	063
ブルー・ノート・スケール/Blues Note Scale	064
ブルー・ノート・ペンタトニック・スケール /Blue Note Pentatonic Scale	067
その他のブルー・ノート・ペンタトニック・スケール /Other Blue Note Pentatonic Scale	068

---

**Chapter-04 民族音楽** Folk Music

---

民族音楽／Folk Music .....	075
スパニッシュ・スケール／Spanish Scale .....	076
ペンタトニック・スケール（5音階）／Pentatonic Scale .....	078
四七抜き マイナー・スケール（短音階） .....	083
沖縄ペンタ・スケール／Okinawa Pentatonic Scale .....	086
日本音階 .....	089
俗楽 .....	094
琉球旋法 .....	096
スコットランドのスケール／Scottish Scale .....	101
中国の旋法 .....	104
ハンガリアン・スケール／Hungarian Scale .....	106
ジプシーのスケール／Gypsy Scale .....	108
ギリシャのスケール／Greece Scale .....	110
インドのスケール／India Scale .....	112
インドネシアのスケール／Indonesia Scale .....	116
アラブのスケール／Arab Scale .....	118
謎の音階（エニグマティック・スケール）／Enigmatic Scale .....	120
韓国〔朝鮮民族〕の音階 .....	121
ナポリタン・スケール／Naporitan Scale .....	123
12音階／Duodecuple Scale・Dodecuple Scale .....	126
平均律／Equal Temperament .....	127

ピタゴラスの音階／Pythagoras Scale .....	128
階名／Syllable Names .....	129

---

## Chapter-05 基礎練習 Practice

---

基礎練習／Practice .....	131
スケール（音階）はあらゆる楽器演奏の基礎練習 .....	132
ギター・ダイアグラム付、簡単スケール .....	134
ギター、音階練習の左手指原則 .....	136
指定されたリズムで、メジャー・スケール（長音階）を 弾く（歌う） .....	137
セゴビアの音階 .....	138
各キー（調）でピアノ、基本スケール（音階）練習 .....	142
ワイドなスケール .....	147
コラム／Column .....	148

---

## Chapter-06 巻末付録 Appendices

---

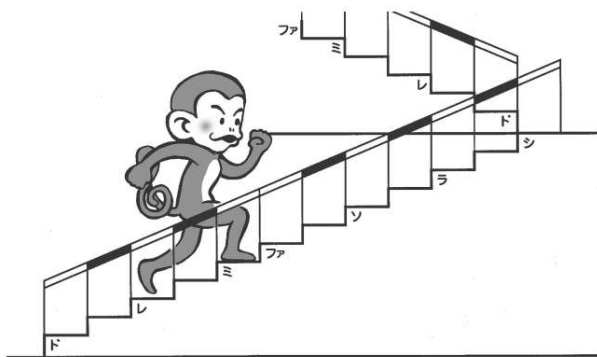
色々なキーのアヴェイラブル・ノート・スケール .....	149
------------------------------	-----

索引 .....	156
----------	-----

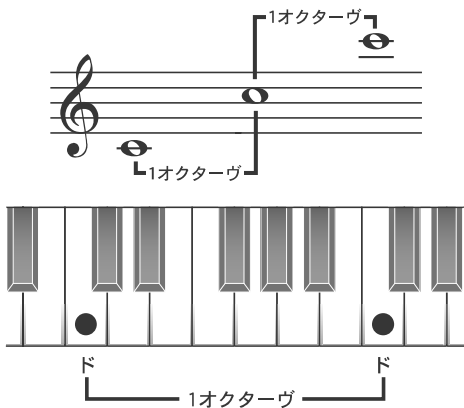
## スケール(音階)

## SCALE

スケールとは音階、つまり音の階段のこと。一定の規則にしたがってオクターヴ内に、低い音から高い音へと順に配列された音の階段のようなもので、メロディー(旋律)やハーモニー(コード)はスケールを土台にして作られる。簡単に言うと、ド・レ・ミ・ファ・ソ・ラ・シ・ド。スケールは、ものさし・基準・階段といった意味で、ラテン語のscando(上がる・そびえる)が語源。



※オクターヴ = ある音、例えばドから一回り上または一回り下にある同じ音との関係。完全8度上下の同じ音名のこと。

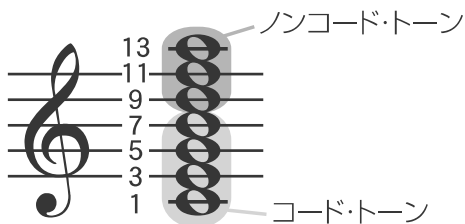




## コード・スケール

### Chord Scale

各コードの機能に従って使用することができるスケール（音階）のこと。（→アヴェイラブル・スケール【p31参照】）コード・トーン（1・3・5・7）とノンコード・トーン（2・4・6）の7音によるスケール。



※コード・トーン = そのコードを構成する音。C(maj7)ならば、ド・ミ・ソ・シ。

※ノンコード・トーン = コード構成外の音。テンションやアヴォイドを含む。

## 教会旋法 (チャーチ・モード)

## Church Mode

チャーチ・モード(教会旋法)は、中世から16世紀までの西洋音楽の基調とされたスケール。基本的にダイアトニック上の7種類のスケールのことを言う。これらの旋法は、全音・半音の位置関係によって、それぞれの特徴を示している。

## ① アイオニアン (Ionian)

メジャー・スケールと同じ。

## ② ドリアン (Dorian)

メジャー・スケールの第2音からの音列で、ジャズ・ポップスで多用される。

## ③ フリジアン (Phrygian)

第3音からの音列。

このスケールでの3番目の音を半音上げた

旋法は、スパニッシュ・スタイルの曲で、よく使われている。

## ④ リディアン (Lydian)

ジャズでよく使われる。第4音からの音列。

## ⑤ ミクソリディアン (Mixolydian)

第5音からの音列。アイオニアンと似ているが、7番目の音が導音を持たないのが特徴。

## ⑥ エオリアン (Aeolian)

第6音からの音列で、ナチュラル・マイナー・スケールと同じ。

## ⑦ ロクリアン (Locrian)

第7音からの音列。5番目の音が減5度。



※モード(旋法)とは、スケール(音階)構成音の組織や、それを応用したメロディー(旋律)のあり方のこと。

## コンビネーション・オブ・ディミニッシュ・スケール

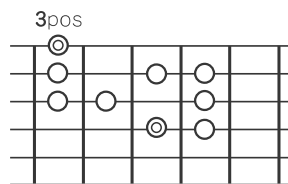
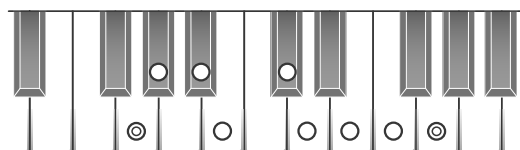
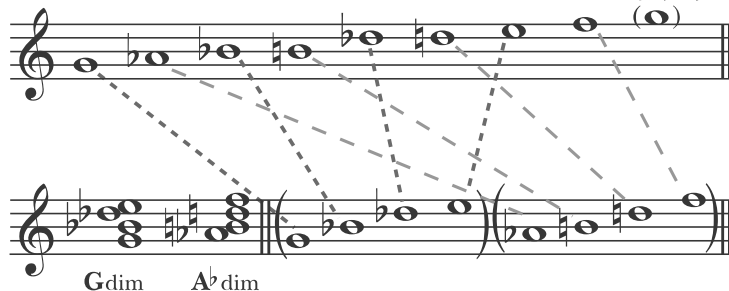
### Combination of Diminished Scale

ディミニッシュ・スケールが全音-半音の順だったのに対し、コンビネーション・オブ・ディミニッシュ・スケールは、半音-全音の順で構成される。ディミニッシュ・スケールも使えるがトライ・トーンを持つため、ドミナント7thコードで使用される。

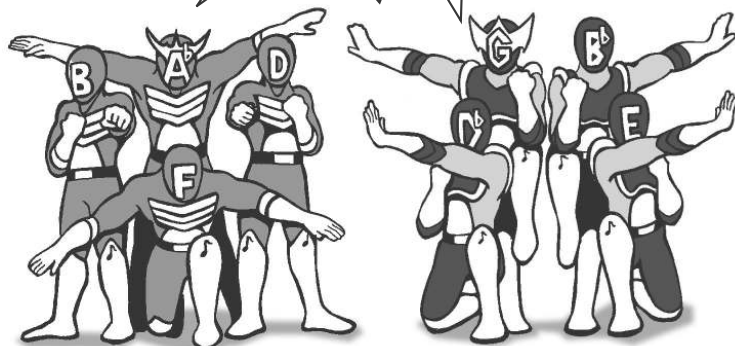
Diagram illustrating the relationship between a C7 chord and a D<sup>b</sup>dim chord. The C7 chord is shown on the left, and the D<sup>b</sup>dim chord is shown on the right. A grey oval highlights the tritone interval between the 3rd and 7th notes of the C7 chord (F and C), labeled "トライ・トーン".

Diagram illustrating the Diminished Scale and the Combination of Diminished Scale. The Diminished Scale is shown as a sequence of notes with intervals labeled: 半音, 全音, 半音, 全音, 半音, 全音, 半音, 全音, 半音. The Combination of Diminished Scale is shown as a sequence of notes with intervals labeled: 半音, 全音, 半音, 全音, 半音, 全音, 半音, 全音, 半音.

## G コンビネーション・オブ・ディミニッシュ・スケール

オクターヴ  
()

2つ合わせて、  
コンビネーション・オブ・  
ディミニッシュ・スケール!!



A♭dim戦隊

Gdim戦隊

## ブルース・スケール

## Blues Scale

ブルースまたはブルース・フィーリングによるリフやフレーズの基盤になるスケール。ブルー・ノートの存在が特徴。詳しくはブルー・ノート・スケール、ブルー・ノート・ペンタトニック・スケールの項目を参照。



※ブルース =

1860年代アメリカ南部。南北戦争で黒人奴隷の解放後、黒人たちが仕事の合間に妻子を思い、わずかな安らぎの中で歌っていた。これがブルースの最初。1920年代には酒場のピアノ弾きが左手反復パターンを使って、12小節からなるブギ・ウギを弾いていた。そのパターンがブルース・コードと言えるもの。それから30年ほどたって、ロックの常用パターンとなっていき、今でもそれが受け継がれている。

Key=C

①	C7	٪	٪	٪
①'	F7	٪	C7	٪
②	G7	٪	C7	٪ (G7)

ブルースのシンプルな詩は、1行目(4小節)で間ほぼ同じ繰り返し。3行目(4小節)で内容に対しての落ちをつける。という3行詩(4+4+4、A+A'+B)

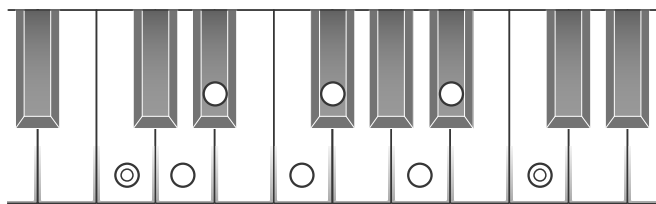
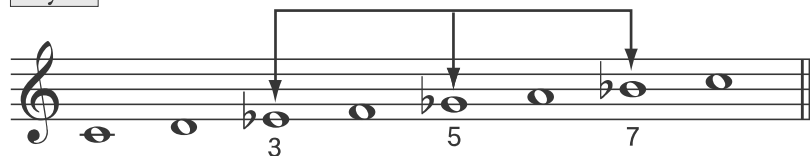
# ブルー・ノート・スケール

## Blue Note Scale

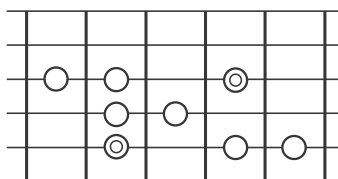
ジャズマンが、気持ちが落ち込んだ時に、「今、ブルーになっているんだ」というように表現する。そのブルーな悲しいような気持ちをスケールにしたのが、ブルー・ノート・スケール。長音階（メジャー・スケール）の3度と7度、それに5度もそれぞれ半音下げたもので、ド・レ・ミ $\flat$ ・ファ・ソ $\flat$ ・ラ・シ $\flat$ ・ドとなる。メジャー・コードにマイナーのフレーズが乗っているような不安定さが、何となく悲しい憂鬱（ブルーな）感じになる。このブルー・ノート・スケールは、黒人特有のもので、ブルース・コード・プログレッション（進行）だけでなく、ブルース・フィーリング風の曲で活かされている。

Key=C

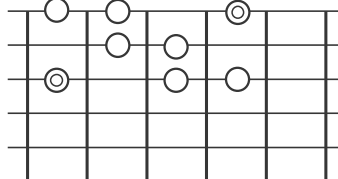
ブルー・ノート



2pos



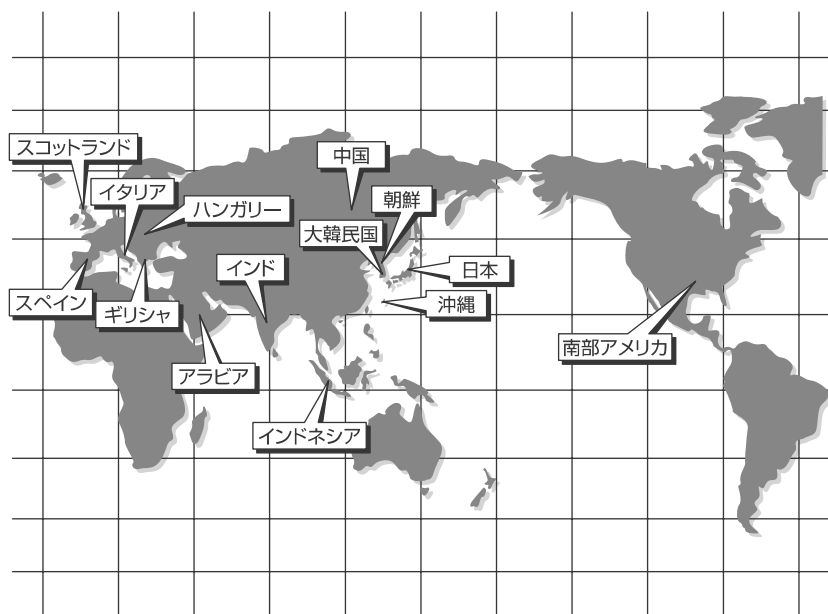
5pos



## 民族音楽

## Folk Music

世界各国の民謡・民族舞踊に付随する音楽の総称を民俗音楽と言う。諸民族に表れる音楽は実に多種多様。その音楽は、民族の風土と歴史の中で育(はぐく)まれてきた伝統的な音楽様式だ。



## スパニッシュ・スケール

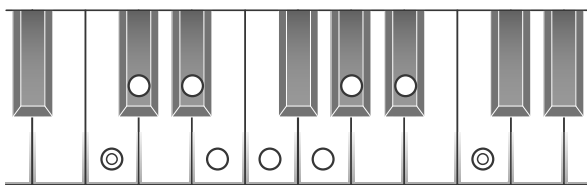
### Spanish Scale

スペイン民族音楽（フラメンコなど）で使用される、哀愁ムードの8音構成のスケールで、オルタード・テンション・ノートを含む。完全5度に代わり減5度を加えることも。スパニッシュ・スケールは、エスニック・スケール（民族音階）とも呼ばれます。

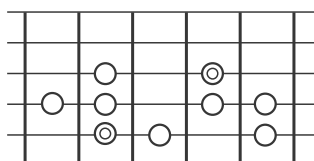
※ オルタード・テンション・ノート = 半音上げ、あるいは半音下げて変化させることにより、テンションとして加える音。（P57 オルタード・スケール）



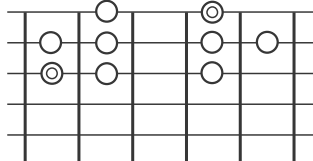
#### C スパニッシュ スケール



2pos



5pos





## 四七抜き マイナー・スケール(短音階)

ナチュラル・マイナー・スケール(自然短音階)の4番目と7番目を抜いたスケール(音階)。ラ・シ・ド・ミ・ファ・ラ。別名、平調子と言ひ、明治～昭和の流行歌・演歌でおなじみのスケール(音階)。

### 島原地方の子守唄

日本民謡



お ど み や し ま ば ら の おーど み や  
し ま ば ら の な く の きー そ だ ち よ



## 日本音階

日本音階は雅楽の音階と俗楽の音階とに分けられる。さらに雅楽は呂旋法と律旋法に、俗楽は陽旋法と陰旋法に分けられる。



### ◆ 雅楽

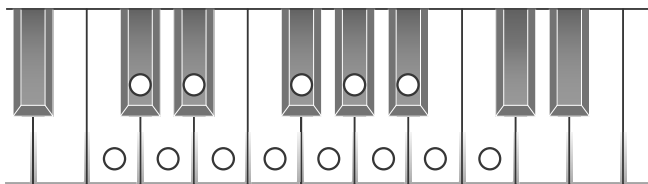
古代以来、宮廷生活の中で演じられてきた伝統音楽。奈良時代に中国から輸入され、その後に朝廷を中心に栄えた。

※朝廷 = 天子が政事を行う場所。天子は天下を治める者の呼称で皇帝の別名。

## 12音音階

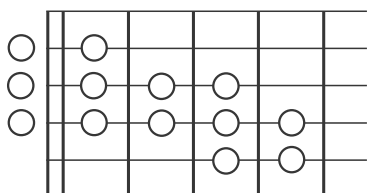
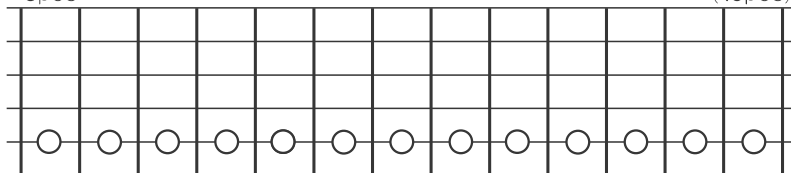
*Duodecuple Scale / Dodecuple Scale*

半音階と同じように1オクターヴを12の半音に均等に分割したものが12音階。半音階が幹音から半音変化されて派生音を生んでいるのに対し、12音音階は、幹音・派生音の区別なく、全ての音を均等に扱う。主音や属音は存在しない。12音音楽は今世紀初期、シェーンベルグ等により無調音楽（主音のない音楽）から発展させた音楽として確立した。



3pos

(15pos)



## 平均律

### Equal Temperament

1オクターヴ内を12の半音に等分して構成された音律。音響学的に純粋な音律（純正律）は理論としては成り立つものの、実際ピアノなどの音高を固定する楽器では用いることが出来ない。それで、物理的に協和する和音と実用性の両面から考え出された音律が、音高を平均調節する平均律。



平均律	0	200	400	500	700	900	1100	1200
純正律	0	204	386	498	702	884	1088	1200

セント(cent)数

半音を100セントとし、1オクターブを1200セントとしたものをカントという。

※幹音 = 五線上で変化記号(#・b)が伴わない音。

※派生音 = 幹音から変化記号により、変化させられた音。

※音律 = スケールを構成する高さを、音響学と音楽面から規定する体系。音階各音の高さの相対関係は音階によりある程度までは表せているが、それを数字で厳密に規定するのを音律と言う。

※純正律 = 協和(響き)の良い5度と3度の組み合わせにより、1オクターブ内の音が作られた音律。

## 基礎練習

Practice

スケール(音階)を必ず丁寧に弾く。  
それは毎朝、歯を磨くことと同じ。



宮沢明子(クラシック・ピアニスト)

技術的にも自分を音楽と  
一体にするために、  
スケール(音階)練習をしている。



ケニー・バレル(ジャズ・ギターリスト)

両手指のコンディションを  
常時ベストに保つため、  
毎日30分~1時間、  
スケール練習をしている。



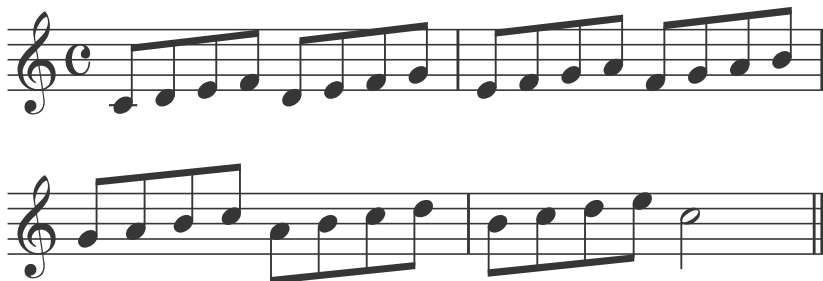
マンデル・ロウ(ジャズ・ギターリスト)

## スケール（音階）は あらゆる楽器演奏の基礎練習

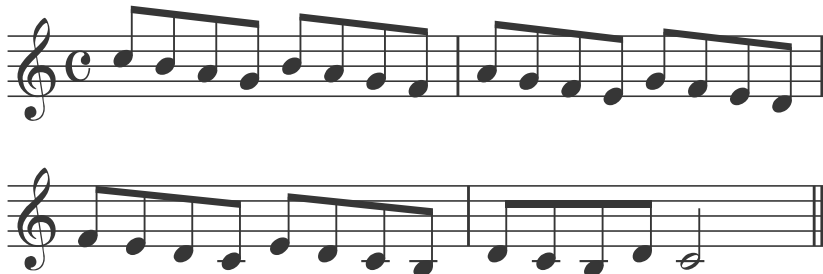
音階練習はあらゆる楽器の基礎。音階は、音階（スケール）→旋法（モード）→旋律（メロディー）という流れの根源にある。音階にもとづき和音が構成されているので音階は和音を構築する縦のラインの軸ともいえる。つまり音階がしっかり出来なければいい演奏も出来ないというわけで、やはり音階練習は重要ということになる。

ここではあらゆる楽器の音域は配慮せずに練習譜を紹介する。それぞれの楽器に適した音域に移し変えて練習をして下さい。

### 練習曲 ①



### 練習曲 ②



# 巻末付録

色々なKeyの  
アヴェイラブル・ノート・スケール

### ■ E Locrian scale (ロクリアン スケール)

Key=F

Em7(b5) 11th b13th  
tension chord  
アヴォイド

#### Em7(b5) コード

アヴォイド

5pos

9pos

### ■ F# Locrian scale (ロクリアン スケール)

Key=F

F#m7(b5) 11th b13th  
tension chord  
アヴォイド

#### F#m7(b5) コード

アヴォイド

2pos

4pos



## ●著者プロフィール

小林 一夫 (こばやし かずお)



1947年3月25日京都市生まれ。日大二高在学中よりギターを始める。武蔵野音楽学院院長、榎本滋郎氏にエレクトリック・ギター、クラシック・ギター、聴音のレッスンを受ける。国立音楽大学講師大室勇一氏にアルト・サクスのレッスンを受ける。エレクトリック・ベース、キーボード、ウクレレ、ドラムス、ボーカルを独学でマスター。武蔵野音楽学院その他でギターなどを教授。バンド演奏活動をするかたわらステージ・アレンジも行う。ヤマハ音楽振興会では楽曲の編集、資料の作成・採譜。またアポロ・ミュージックでは、音楽出版社の採譜・解説文等を担当。シヨコット・ボイストレーニング・スクール音楽講師。現在はJOYFUL ARTSにて執筆を中心に活動。趣味は、湯巡り・絵画鑑賞・カラオケ・性格学・小鳥や虫の鳴き声鑑賞。好きな言葉は「ゆっくり行くものが、遠くまで行く」

### 主な著書：

『ピアノで島唄』（中央アート出版社）  
『ピアノでうたうみんなの愛唱歌101』（中央アート出版社）  
『ウクレレでうたうみんなの愛唱歌101』（中央アート出版社）  
『続・ピアノでうたうみんなの愛唱歌101』（中央アート出版社）  
『続・ギターでうたうみんなの愛唱歌101』（中央アート出版社）  
『続・ウクレレでうたうみんなの愛唱歌101』（中央アート出版社）  
『図解でわかるスケール（音階）の知識』（中央アート出版社）  
『図解でわかるコード（和音）の知識』（中央アート出版社）  
『図解でわかる 楽典の知識』（中央アート出版社）  
『ギターで歌う昭和の名曲1～5』（中央アート出版社）  
『ギターでうたう不滅のフォークソング』（中央アート出版社）  
『ギターでうたう永遠のフォークソング』（中央アート出版社）  
『やさしいロックギターのひき方』（成美堂出版）  
『やさしいロックベースのひき方』（成美堂出版）  
『やさしく楽しく楽譜の読み方』（日東書院）  
『やさしくたのしくギター初歩の初歩』（日東書院）  
『やさしくたのしくピアノ初歩の初歩』（日東書院）  
『いちばんやさしい楽譜の読み方』（池田書店）

弾いて 覚えて 調べて

MS160 図解でわかる スケール(音階)の知識

C110610(003-1.0x)

2008年10月25日 第1刷発行

2011年 6月10日 第3刷発行

著 者：小林 一夫

表 紙：楽譜工房FmF

楽譜浄書：楽譜工房FmF

印 刷：新灯印刷株式会社

製 本：(有)笠松製本所



発行者：吉開 狹手臣

発行所：BAD 中央アート出版社

〒101-0031 東京都千代田区東神田 1-11-4

TEL 03-3861-2861 (代表)

FAX 03-3861-2862

振替口座 = 00180-5-66324

日本音楽著作権協会(出)許諾第0812344-103号

ISBN978-4-8136-0507-2

無断複製・転載を禁じます。万一、乱丁・落丁の際はお取り替えいたします。