

各 位

2026年6月17日
株式会社リットーミュージック

『アカペラスタイル』著者陣による教則本、『歌って上達！ アカペラ・トレーニング・ブック』が6月23日に発売！



インプレスグループで音楽関連のメディア事業を手掛ける株式会社リットーミュージック（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：松本大輔）は、『歌って上達！ アカペラ・トレーニング・ブック』を、2026年6月23日に発売します。



『アカペラストایل』著者陣が贈る、ハーモニー／リズム／発声を軸としたトレーニング・ブックが登場！

これからアカペラを始めたいというビギナーから、すでにステージを踏んでいる経験者まで、アカペラ演奏に必須の知識と練習方法をコンパクトにまとめたトレーニング・ブックです。

定番のJ-POP、歌謡曲を課題曲として歌いながら、ハーモニー、リズム、発声を軸にアカペラの基礎知識やテクニックを学んでいきます。さらにお手本の音源を聴いたり、本書オリジナルのアプリを使ったりしながら「目と耳」でトレーニングできるので、繰り返して何度も活用できるのも特徴のひとつ！

講師陣は『アカペラストایل』誌上でもノウハウページを担当してきた、かくたあおい、baratti (Nagie Lane) に加え、全国の高校アカペラ部や、大学・社会人アカペラサークルでも発声指導を行なっている、ボイストレーナーの伊藤俊輔も参加。アカペラを知り尽くす3人が、あなたのアカペラ演奏のスキルアップをお手伝いします。

■書誌情報

書名：歌って上達！ アカペラ・トレーニング・ブック

著者：かくたあおい、baratti (Nagie Lane)、伊藤俊輔

定価：2,750 円 (本体 2,500 円 + 税 10%)

発売：2026 年 6 月 23 日

発行：リットーミュージック

商品情報ページ <https://www.rittor-music.co.jp/product/detail/3126351003/>

Introduction

ようこそ！アカペラの世界へ

はじめに (かくたあおい、baratti、伊藤俊輔)

「HAPPY BIRTHDAY TO YOU」でハモリを体感！

アカペラ・グループの編成は？

アカペラ・グループのパートは？

声域から適正パートを調べよう

Lesson1

課題曲「ルージュの伝言」荒井由実

ハーモニー

1. なにはなくともまずは「音取り」！
2. 《ド》の位置が曲によって変わるから「移動ド」！
3. 「移動ド」を使ったスケールで相対音感を身につけよう
4. いざハモってみよう！ 「移動ド」を使ったカデンツ
5. 曲を支配する主音を掴んでみよう

リズム

1. 基本 of 基本！ テンポを感じよう

2. エネルギッシュなビート！ 2&4 でクラップ
3. 集まれリズムの輪!! みんなで一緒にトレーニング
4. 何でリズムが合わない？ チェックポイントはこの3つ

発声

1. 声の出し始めは無駄な力が入りがち
2. ハモリやすい声を手に入れよう
3. 地声でしっかり歌ってみよう

ベース

1. ベースってどんな声を出せばいいの？

ボーパ

1. ドラム・セットの各パーツの役割を知る！
2. ドラムの各音を口で出してみよう！
3. 「ルージュの伝言」で王道パターンをマスター！

Lesson2

課題曲：「タッチ」岩崎良美

ハーモニー

1. アカペラらしい「字ハモ」で一体化する感じを味わおう
2. 雰囲気激変!? マイナー・スケールの仕組み
3. 暗譜はいつ、どのようにすればいい？

リズム

1. リズムをイメージ！ 鍵はリズム・エレメンツ
2. リズム・グリッドを理解しよう

発声

1. 息漏れのない響く声を手に入れよう！
2. 声の出し始めは柔らかく！

ベース

1. ベース・ラインでメジャーとマイナーを歌い分けよう

ボーパ

1. 迫力あるボーパの音を手に入れよう
2. 楽曲を彩る演出テクニックを知ろう！

Lesson3

課題曲：「ありがとう」いきものがかり

ハーモニー

1. 奥が深い臨時記号を歌いこなしてみよう
2. ピッチやリズムを揃える以外にできることは？

リズム

1. リズムを身体で受け止める心構えを！
2. ダウン／アップの感覚を掴もう！
3. 全身でリズムを感じよう！
4. 耳と身体をもっとリンク！

発声

1. ロング・トーンを攻略しよう（その1）
2. ロング・トーンを攻略しよう（その2）
3. “こもり”を解消して前に飛ぶ声に！
4. 合唱発声からうまくシフトしよう！
5. 声の明るさをコントロールしよう！

ベース

1. アカペラなら、どんなベースの音も表現できる！

ボーパ

1. 実は深い!? ボイパにおけるハイハット

Lesson4

課題曲：「君は天然色」大滝詠一

ハーモニー

1. 曲の雰囲気ガラッと変える転調を歌いこなすには？
2. 音の階段が紡ぐクリシェでの感情表現

リズム

1. 3分割のリズムにトライ！
2. どんと来い、シャッフル&2拍3連
3. スウィング、嗚呼なんと奥深き世界

発声

1. きれいにハモるためのチューニング！
2. マイク乗りを良くして抜ける声を作ろう！

ベース

1. 高い音でもベースらしさを維持しよう！

ボーパ

1. シャッフル感を強化！ その名はゴーストノート

Lesson5

課題曲：「Automatic」宇多田ヒカル

ハーモニー

1. オシャレ・コードを歌いこなそう！
2. テンション音のパズルを解こう！

リズム

1. 知ってる？ スウィングって2種類あんな
2. 身体のムーブメントを歌声に乗せよう

発声

1. 地声と裏声の切り替えをスムーズにしよう！
2. 苦しい叫び声を卒業！ ミックスボイスをマスター
3. 声の音色（キャラクター）を自在に操ろう！

ベース

1. 楽譜の枠を出てみよう！ アドリブにチャレンジ

ボーパ

1. ランダム要素でビートにワクワク感を！

PROFILE

かくたあおい

作編曲家、音楽の先生。茨城大学・同大学院音楽教育専修（作曲ゼミ）修了。現在、常磐短期大学で音楽全般の授業、尚美学園大学・桜美林大学にて作編曲の授業を担当。また、音感を鍛えながら音楽理論を学べるソルフェージュ教室も主宰。アカペラ分野では、2018TCMC 世界アカペラ大会優勝「カメレ音楽隊」、2019年ハモネプ優勝「たむらまろ」、2019アカスピ優勝「ho-op」などへアレンジを提供・監修。アカペラの芸術性を追求しつつ、アカペラの裾野を広げる教育者・研究者としても活動を行なっている。

baratti (Nagie Lane)

作編曲家、ボーパ奏者。筑波大、バークリー音楽大卒。

2021年4月、Nagie Lane（ナギーレーン）メンバーとしてテレビ朝日『関ジャム 完全燃SHOW』に出演。同年9月にメジャーデビュー。作編曲家としては、2021年、ゴスペラーズのアルバム『アカペラ2』に3曲楽曲提供（黒沢 薫と共作）。2022年、声優アカペラプロジェクト・アオペラに「Voice, Heart, Body & Soul」を提供した。また同年、ゆず『SEES』収録「RAKUEN」にトークボックスで参加した。洗足音大にてポピュラーコーラスの講師も務めるなど、教育活動も行なっている。

伊藤 俊輔（いとう・しゅんすけ）

京都大学法学部卒。在学中は京都アカペラサークル CrazyClef に所属し、日々アカペラに没頭する。2016年に京都府職員を辞して、「発声改善専門のボイストレーニング教室 LogiVo」を開業。解剖学・音声学などの科学的根拠に基づいた論理的な指導が支持され、これまでの受講者は3,000人を超える。また、全国のアカペラサークルへ発声講座を開催し、好評を博している。

【株式会社リットーミュージック】 <https://www.rittor-music.co.jp/>

『ギター・マガジン』『サウンド&レコーディング・マガジン』等の楽器演奏や音楽制作を行うプレイヤー&クリエイター向け専門雑誌、楽器教則本等の出版に加え、電子出版、映像・音源の配信等、音楽関連のメディア&コンテンツ事業を展開しています。多目的スペース「御茶ノ水 RITTOR BASE」の運営のほか、国内最大級の楽器マーケットプレイス『デジマート』やTシャツのオンデマンド販売サイト『T-OD』等のWebサービスも人気です。

【インプレスグループ】 <https://www.impressholdings.com/>

株式会社インプレスホールディングス（本社：東京都千代田区、代表取締役：塚本由紀）を持株会社とするメディアグループ。「IT」「音楽」「デザイン」「山岳・自然」「航空・鉄道」「モバイルサービス」「学術・理工学」を主要テーマに専門性の高いメディア&サービスおよびソリューション事業を展開しています。さらに、コンテンツビジネスのプラットフォーム開発・運営も手がけています。

以上

【本件に関するお問合せ先】

株式会社リットーミュージック 広報担当

E-mail: pr@rittor-music.co.jp