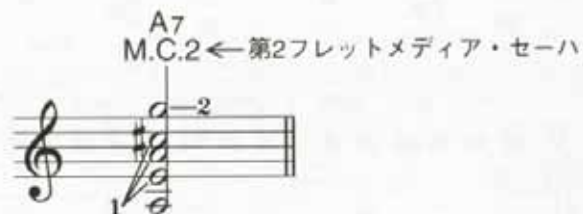


セーハ(Ceja)とは、同一フレット上の弦を左手1の指で半分または全弦を押さえることをいいます。例えば次の和音(Fコード)を押さえる時、左指4本で6つの音を押さえなければなりません。そこで1の指(人差し指)で第一フレットを全弦押さえると、3つの音⑥弦のファ、②弦のド、①弦のファを同時に押さえる事ができ、他の指でそれぞれの音を押さえます。

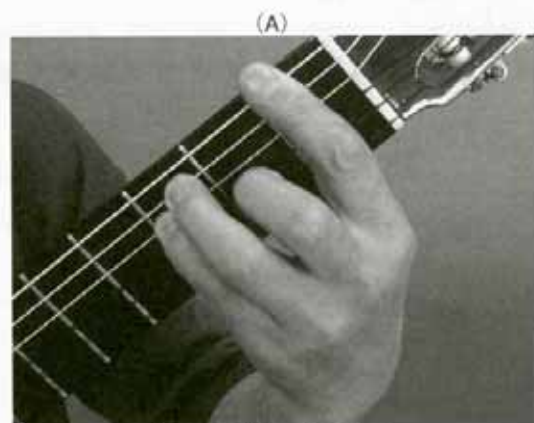
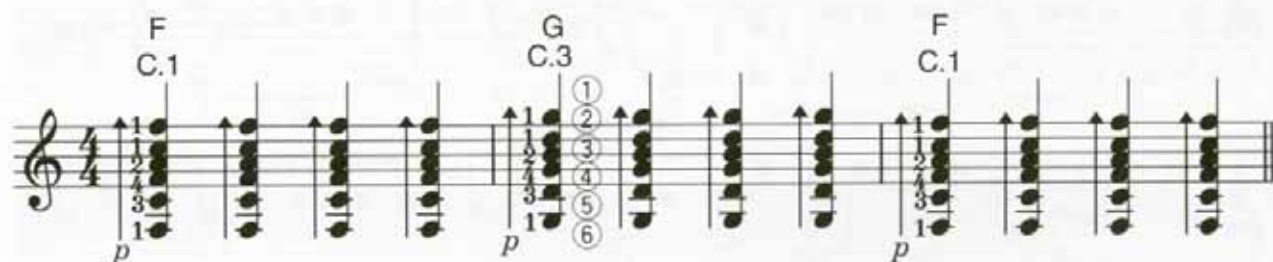
また、最初に触れた半分押さえるセーハのことをメディア・セーハ(Media Ceja)といい、半セーハ(そのフレットの半分)という意味です。どちらのセーハもフレットからはなれた所を押さえると音がピリつきやすいので、出来るだけフレットの近くを押さえるようにします。



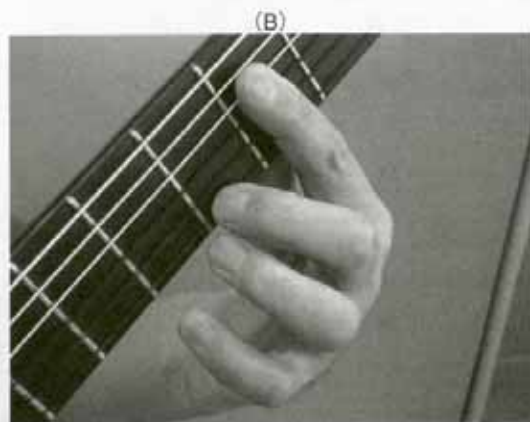
## セーハの練習

# SAMPLE

次の和音を実際に押さえて弾いてみよう。



Fコードをセーハした所



A7のコードをメディア・セーハした所