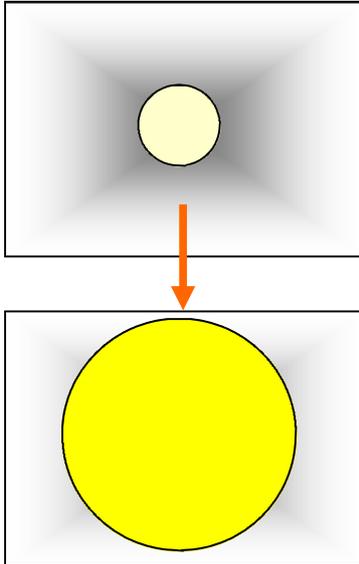


# デジタルカメラの使い方

[ テキスト 32 - 51 ]

## ■ コンパクトカメラの使い方

### ・ズームレンズの使い方



コンパクトデジタルカメラは、非常に優れたカメラです。そのカメラを十二分に使うには、その機能を使いこなすことが必要です。

撮影するときに、常に使うのは、ズームです。カメラ機種によって構造は違いますが、簡単に言えば、レンズの繰り出しによる画面の範囲を変えることです。

その前に、撮りたいものが、近づけるものならば、**自分の足で近づきましょう**。レンズと被写体の間に大気がなければいほど鮮明に写ります。これを人間ズームとでも言いましょう。

その後、**きれいに整理された画面にするために、ズームを使います**。

「近づく」「ポケットからサッとカメラを取り出す」「ズームでフレーミング」「シャッターボタン半押しでピントを合わせ」「液晶モニターとリアルタイム・ヒストグラムで露出を確認し」「シャッターを切る」この一連の動作がデジタル撮影です。

### ・マクロ機能は最大の魅力



マクロモードで撮影

小さなものを大きく撮ることができるマクロモードは、非常に便利な機能です。それもマクロスイッチ・ポンでOKです。

これを一眼レフカメラで撮るとなると、マクロレンズに取り替えるなど大変なんです(後述)。ところが、コンパクトデジタルカメラでは、「花のマーク(または拡大鏡)」ボタンをポンです。気軽にそれでいてかなりの確に撮れるカメラなのです。

左の写真は、上がマクロモードで撮影したものです。近づける距離も限られていますので、このくらい。それに比べて、下の写真は、スーパーマクロの「マクロ拡大」で撮影したものです。しかもピントがピピピです。マクロ拡大は、マクロモードより更に近づいてピントが合うということです。



マクロ拡大で撮影

お勧め機種:

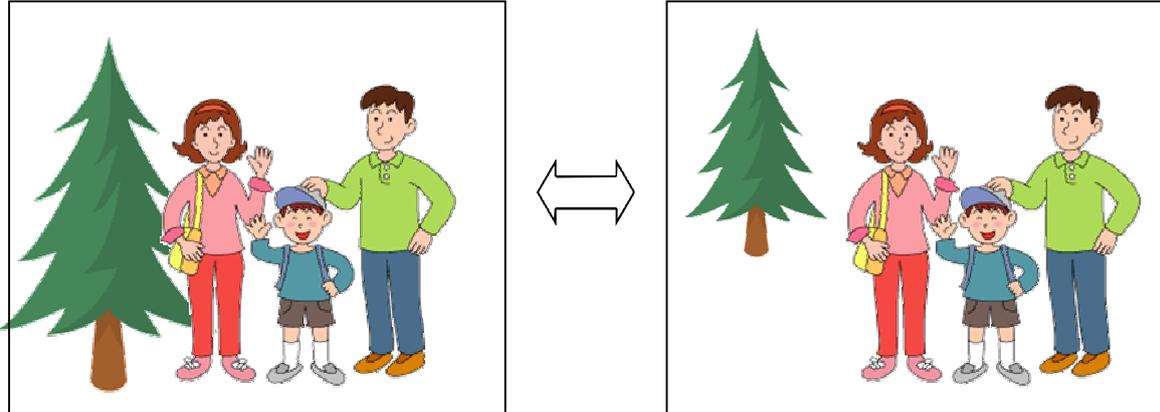
カメラ機種によっては、広角側(広い範囲を撮る)でしか、マクロモードにならないものもあります。お勧めは、**望遠側(狭い範囲を撮る)でもマクロとして撮れるカメラ**です。それは、撮影の幅が違うということです。

### ・ピントが合わないと思ったら

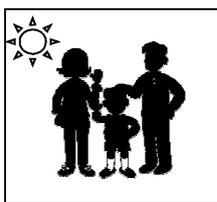
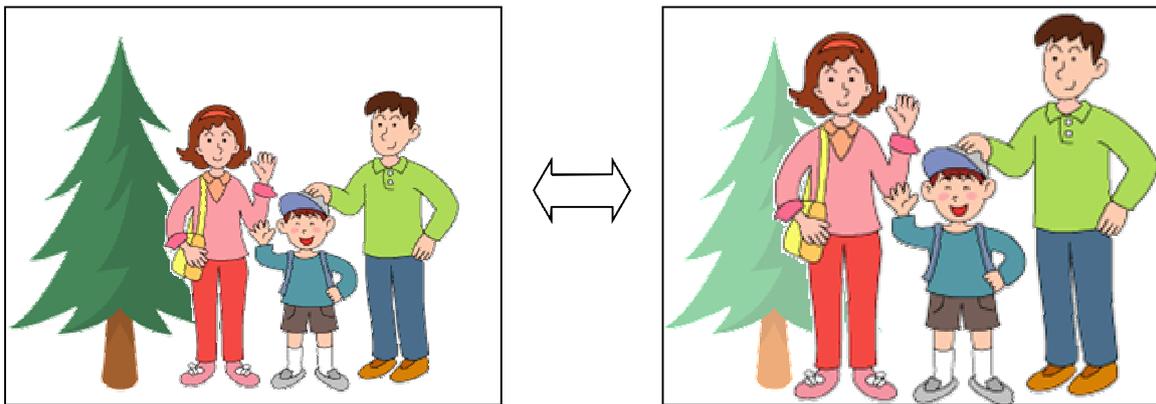
少し近づいて撮ろうと思ったとき、オートフォーカスでピントが合わない場合、マクロモードボタンを押してみてください。ピントが合う可能性が高くなります。また、ピントが合わせにくい被写体もあります。それは、「デジタルカメラの欠点を克服する」で詳しく解説します。

## 人物撮影のテクニック

オーソドックスな撮り方（カメラマンが移動して撮影する）



こんな方法も（背景の大きさなどを決めてから、人物に移動してもらう）



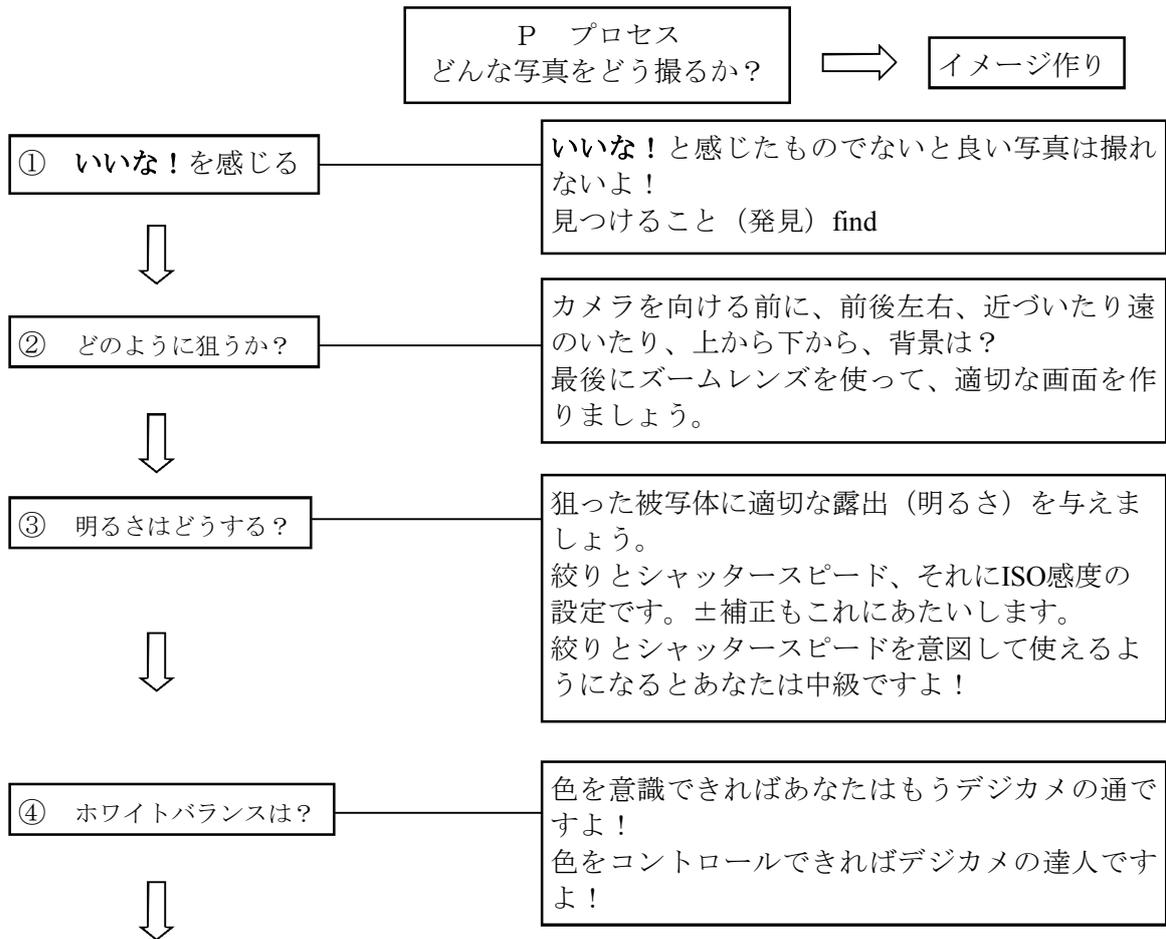
- 背景が白かったり、逆光だったりすると、人物は黒くなってしまいます。
- ストロボが届く範囲（≒3m）ならストロボを強制発光します。
- 背景も人物もちゃんと撮れます。
- ストロボが届かない範囲なら、人物を中心にシャッターボタンを半押しし、ピントと露出を合わせます。±の露出補正をしましょう。できないカメラでは、白い物を撮るときは黒い物で半押し、黒い物を撮るときは白い物で半押しを応用しましょう。



- 動いているものを撮るときは、スポーツモードにする。または、ISO感度を上げる。
- 一眼レフデジカメは、シャッター速度優先にする。
- ストロボの届く範囲であれば、強制発光する。
- シャッターボタンを半押しし、置きピン（予め来る場所にピントと露出を合わせておく）。
- シャッターは、その置きピンの少し前に切る。（タイムラグを考慮して）
- スローシャッターを切るには三脚などが必要です。

資料：島山 高

## 撮影には順番があるよ！



### ■オートやプログラムを外してみよう！

カメラのオートやプログラムばかりで撮っている人は、写真のことを分かっていきません。「今回は露出を…」とか「今回はホワイトバランスを…」など少しずつで結構ですから意識して写真を撮ってみてください。

最初は失敗もするでしょう！でもその失敗はどうして起こったのか？をちゃんとメモっておくと、同じ失敗を繰り返さなくなります。それがあなた自身のノウハウになってゆくのです。

写真は、決して難しくありません。なんでも同じですが、面倒くさいことをいとわなくできるようになると無意識にでき、達人になっていくのです。

### ■健康ってなに？

健康とは、心身ともにはつらつとしていることです。アウトドアで写真を撮ることは、歩くこと、考えること、そして楽しむことです。「雨が降ったら水滴の良い写真が撮れるぞ！」とポジティブになることです。

楽しむことができること、仕合せになること、そして良い写真が撮れることはあなた自身の心の決めるところなのです。

できることなら、写真を通してあなた自身の健康と仕合せを掴んでください。写真もどう生きるかも創作なのですから…。

資料：島山 高

# カメラの設定

デジタルカメラはこうして撮る

## ■予め設定するもの（プレ設定）

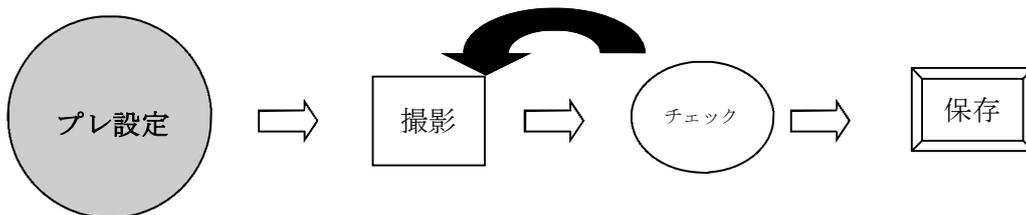
設定項目	内容
手ブレ補正	手ブレが起きにくいようにする
画質	ファイン・スタンダード・5MB・3MB
ISO感度	オート・100・200・400・800・1600
ホワイトバランス（WB）	オート・太陽光・曇天・日陰・蛍光灯など
シーンモード（場面・状況）	オート・スポーツ（高速シャッター）・風景・風景&人物・夜景・スノーなど
連写	通常撮影・連写・マルチ連写・ブラケットなど
接写（マクロ撮影）	近づいて撮影する（花マーク）

## ■撮影する瞬間

気にかけること	内容
手ブレに気をつける	モノを応用したり、手ブレ補正をかけたり、ISO感度を上げたりして手ブレを起こさないように工夫する
適切なフレーミング（構図）	余分なものを入れない。できるだけ同じ反射率の被写体を画面いっぱいに入れる。自分の足で被写体に近づく。ズームレンズを使う。
露出補正	+補正し明るく、-補正し暗くして明るさを調整する
シャッター半押し	これで露出とピント（フォーカス）を維持する

## ■撮影した後に

チェックする項目	内容
液晶モニター	画面全体をチェック（バランス・余分な物はいっていないか？・拡大して手ブレをしていないか？）
ヒストグラム（露出）	ヒストグラム表示し、左右にずれ過ぎていないか？ 白とび、黒つぶれがないか？
OKなら	そのまま保存。特に大切な画像はプロテクトを掛けておく。
駄目なら	再度撮り直し（駄目だという部分を補正して）



資料：島山 高