

・カメラの構え方の基本(手ぶれ/ピンボケを防ぐ撮影)

わたくしたちアマチュアの写真撮影における、失敗原因の多く(80%以上)は「手ぶれ(カメラぶれ)」によるものといわれます。手ぶれを防ぐには、何よりもカメラをしっかりと“安定させて構える”ことが大切です。さらに、“シャッターボタンの押し方”にも注意が必要です。

1. 手ぶれを防ぐ構え方のポイント

- (1)カメラを両手で包むようにして、しっかりと持つ。(力を入れすぎないこと)
- (2)右手でグリップ部をしっかりと握り、左手でカメラをしたから支えるように持つ。
- (3)腕は左右に開かずに脇を締める。強く力を入れず軽く締めるのが“コツ”。
- (4)足は肩幅くらいに開いて片足を少し引き、重心をやや後に掛けて安定させる。
- (5)「ファインダー」を使って撮影するときは、カメラを顔に軽く押し当てるようにして安定させる。

2. 手ぶれを防ぐシャッターボタンの押し方

- (1)シャッターは指を立てて上から押すのではなく(×**ゆび立て**)、手全体で包み込むように“指先の腹”で押さえる感じにします(**ゆび寝かし**)。
- (2)シャッターボタンを“一気に押し込んだり”、“勢いよく人差し指を離したり”するのは禁物です(×**一気おし**、×**ゆび離し**)。シャッターが切れたら直ぐに指を離さずに、半押し状態(次項参照)に戻すような感じがよい。

・ピントの合わせ方の基本(フォーカスロックは写真撮影の基本技)

デジタルカメラのほとんどの機種には、カメラが自動的にピントを合わせてくれるオートフォーカス(Auto-Focus=AF)機構が組み込まれています。ただし、いくら「AFカメラ」といっても、構えてただそのままシャッターを切るだけでは思った場所にピントは合いません。そこで、「シャッターボタンの半押し」と「フォーカスロック(AFロック)」という基本のカメラ操作が大切になります。

シャッターボタン「半押し」の方法 : オートフォーカスカメラのシャッターボタンは「2段階構造」になっています。ピントを合わせたい被写体が画面の中央に来るようにカメラを向け、シャッターボタンを「半押し(1段だけ押す)」します。このときカメラはオートフォーカス(AF)機能が作動して「ピント合わせ」を行います。

フォーカスロック(AFロック)の方法 : ピントを合わせたい被写体が画面の中央付近にない場合には、先ず被写体を画面中央で捉えて、シャッターを「半押し」するとピントが固定(ロック)されます。そして、「半押し」のまま構図を決めて(カメラの横の向きを調節して)シャッターを押し切ります。

・構図の基本(構図一つで写真が変わる)

構図(フレーミング)とは: 画面の中の被写体をどのように写すか、つまり、ファインダーや液晶モニターを通して「被写体の配置やカメラアングル」、「背景」、「空間」といった写真画面の構成、バランス、撮影距離などを決めることです。

1. ヨコ位置構図とタテ位置構図の特徴

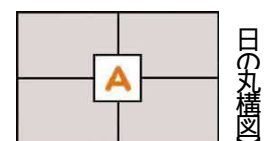
ヨコ位置 : 写すものの左右に対して、「広さ」や「広がり」を表現したいときに有効です。

タテ位置 : 写すものの「高さ」や「奥行き」を表現したいときに効果的です。

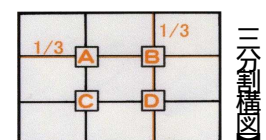
2. 構図の基本は三分割構図法で(日の丸写真にご注意)

日の丸構図(日の丸写真): 狙った被写体を画面の中央に配置した構図のことです。変化に乏しく平凡な写真になりやすいため、“あまり好ましくない構図の典型”とされています。

三分割構図: 画面を縦・横三分割して「水平線や垂直線」、「主要被写体の位置」をこのライン上や交点A~D(右下図参照)に配置するという構図法で、一番分かりやすく効果的な、“基本の構図法”といわれています。



日の丸構図



三分割構図