



思い通りの写真が撮れる、
あとちよつとのコツ。

河野鉄平 著

一億人の デジカメ 写真 添削講座

一目
瞭然！

人、花、風景、旅先で
出会うもの...etc

被写体別の添削例で学ぶ写真がぐっとよくなる撮影術

一億人の

デジカメ

写



真

添

削

講

座

常州大学图书馆

藏书章

思い通りの写真が撮れる、
あとちよつとのコツ。

河野鉄平 著

著者プロフィール：

河野 鉄平（こうのてっぺい）。フォトグラファー。1976 年東京都生まれ。明治学院大学社会学部社会福祉学科卒業。写真家テラウチマサト氏に師事。写真雑誌「PHaT PHOTO」の立ち上げに参加。2003 年独立。コマーシャル全般の撮影の他、写真雑誌での執筆も多数。著書に「写真の撮り方ハンドブック」（誠文堂新光社）「写真を仕事にするガイドブック」（翔泳社）「基本がわかる はじめての写真レッスン」（玄光社）「ポートレートの教科書」（エムディエヌコーポレーション）「定番ストロボライティングの教科書」（共著／インプレスジャパン）など多数。ホームページ <http://fantastic-teppy.chips.jp>

装丁・本文デザイン：武田 厚志（SOUVENIR DESIGN）

本文レイアウト：堀内 琢児（SOUVENIR DESIGN）

編集：関根 康浩（株式会社 翔泳社）

撮影モデル／協力：金子 洋子、飯島ご夫妻、吉田 七瀬、磯貝 心春、磯貝 心吹、前林 里佳子、滝口 里美、風間ファミリー、佐藤 倫絵（掲載順）

一億人のデジカメ写真添削講座

思い通りの写真が撮れる、あとちょっとのコツ。

2012 年 12 月 10 日 初版第 1 刷発行

2013 年 4 月 15 日 初版第 2 刷発行

著者 河野 鉄平

発行人 佐々木 幹夫

発行所 株式会社 翔泳社（<http://www.shoeisha.co.jp>）

印刷・製本 大日本印刷 株式会社

©2012 TEPPEI KONO

*本書は著作権法上の保護を受けています。本書の一部または全部について（ソフトウェアおよびプログラムを含む）、株式会社 翔泳社から文書による許諾を得ずに、いかなる方法においても無断で複写、複製することは禁じられています。

*本書へのお問い合わせについては、6 ページに記載の内容をお読みください。

*落丁・乱丁はお取り替えいたします。03-5362-3705 までご連絡ください。

ISBN 978-4-7981-2632-6

Printed in Japan

目次

はじめに

2

Part1

しっかり克服しておきたい！

写真を撮るときに やりがちなの10の失敗

失敗その1	花を撮るとピンボケになる	8
失敗その2	愛犬を撮ろうとするとぶれる	10
失敗その3	背景がふんわりボケない	12
失敗その4	すてきな建物が平凡に写る	14
失敗その5	結婚式のふたりが上手に写せない	16
失敗その6	フラッシュを使うと周りが暗い	18
失敗その7	逆光で撮ると被写体が暗い	20
失敗その8	雪景色が暗く写ってしまう	22
失敗その9	檻が邪魔で動物が撮れない	24
失敗その10	子どもがいつもピースサイン	26

Part2

写真の良しあしを冷静に見極めよう！

実践的な

13の撮影シーン別添削例

Part2をはじめするための心構え	30
お題その1 桜を桜らしく情緒豊かに撮る	31

Part3

もっと楽しい写真を撮たくさん撮ろう！

さらに表現幅を広げる 10の撮影シーン別添削例

お題その2 東京スカイツリーを撮る	36
お題その3 奥行きのある参道を撮る	39
お題その4 アジサイを感動的に撮る	43
お題その5 活気あふれる祭りの情景を撮る	47
お題その6 打ち上げ花火をきれいに撮る	51
お題その7 街中でポートレートを撮る	55
お題その8 色鮮やかな秋の紅葉を撮る	59
お題その9 路地裏の猫を味わい深く撮る	63
お題その10 壮大なイメージで花畑を撮る	67
お題その11 公園で走る子どもを撮る	71
お題その12 ビル夜景を美しく撮る	76
お題その13 湖畔に集まる白鳥を逆光で撮る	79
Part3をはじめするための心構え	84
お題その1 花をクローズアップで撮る	85
お題その2 イメージカットのように花嫁を写す	89
お題その3 家の中でケーキを撮る	93
お題その4 思い出に残る家族写真を撮る	97
お題その5 家の中でペットを撮る	101
お題その6 晴れた日の公園でポートレートを撮る	106

Part4

お題その7	流れ落ちる滝をダイナミックに撮る	109
お題その8	大自然の風景を雄大に写す	113
お題その9	どんよりとした雪景色を自分好みに仕上げる	117
お題その10	キラキラと幻想的にイルミネーションを撮る	121

さらに自分のイメージ通りに仕上げよう！

撮影後の画像編集で

知っておきたい10の知識

その1	JPEGとRAWのそれぞれの役割	126
その2	現像処理とレタッチ	127
その3	ヒストグラムの見方	128
その4	レベル補正の使い方とその効果	129
その5	ビビッドな色味で仕上げる	130
その6	モノクロに仕上げる	131
その7	余計な部分を切りとる	132
その8	写り込んだものを消去する	133
その9	ソフトフォーカスをかける	134
その10	ミニチュア風に風景を切りとる	135

巻末

写真撮影のための基礎知識

その1	写真の画質と撮影時のサイズについて	138
その2	写真が写る仕組みについて	139
その3	絞りの役割とその効果	140
その4	シャッタースピードの役割とその効果	141

COLUMN

その5	ISO感度の役割とその効果	142
その6	撮影モードの種類とその特徴	143
その7	ピント合わせの方法とAF方式	144
その8	露出補正の仕組みとその特徴	146
その9	ホワイトバランスの仕組みとその特徴	148
その10	色調補正機能の特徴とその効果	150
その11	階調補正機能の特徴とその効果	151
その12	レンズの種類とその特徴	152
その13	大切な光の向きとその描写性	155
その14	基本構図と縦横の配置	156
その15	カメラアングルと寄り引きの効果	157
あつたら便利な撮影機材	その1 三脚・レフ板編	28
あつたら便利な撮影機材	その2 クリップオンストロボ編	136

索引

索引	158
----	-----

一億人の

デジカメ

写真



添削講座

思い通りの写真が撮れる、
あとちよつとのコツ。

河野鉄平 著



はじめに

デジタルカメラが主流となり、そして、性能のいいカメラがどんどん小型化していく中で、写真を写す環境はひと昔前に比べ飛躍的に向上しました。

カメラ自体が誰にとっても身近で扱いやすいアイテムとなり、写真は難しい知識を持つていなくても、自分好みの情景がより写しやすくなっています。

本書はカメラの基本的な操作や技術を取り上げながら、さまざまなテーマの下で一枚一枚の写真を添削し、いい写真とは



何か、そして、いい写真を撮るためには
どんなことが大切なのかを一緒に考えて
いきます。

カメラ任せでいい写真が撮れるようになった
現在だからこそ、より一步先の、自分ら
しさ〃をカメラのファインダーから覗いて
みましょう。

またさらに、写真が楽しくなるはずです。

この添削講座がそのひとつの助けになるこ
とを願います。

2012年晩秋 河野鉄平

目次

はじめに

2

Part1

しっかり克服しておきたい！

写真を撮るときに

やりがちなの10の失敗

失敗その1	花を撮るとピンボケになる	8
失敗その2	愛犬を撮ろうとするとぶれる	10
失敗その3	背景がふんわりボケない	12
失敗その4	すてきな建物が平凡に写る	14
失敗その5	結婚式のふたりが上手に写せない	16
失敗その6	フラッシュを使うと周りが暗い	18
失敗その7	逆光で撮ると被写体が暗い	20
失敗その8	雪景色が暗く写ってしまう	22
失敗その9	檻が邪魔で動物が撮れない	24
失敗その10	子どもがいつもピースサイン	26

Part3

もっと楽しい写真を撮たくさん撮ろう！

さらに表現幅を広げる

10の撮影シーン別添削例

お題その2	東京スカイツリーを撮る	36
お題その3	奥行きのある参道を撮る	39
お題その4	アジサイを感動的に撮る	43
お題その5	活気あふれる祭りの情景を撮る	47
お題その6	打ち上げ花火をきれいに撮る	51
お題その7	街中でポートレートを撮る	55
お題その8	色鮮やかな秋の紅葉を撮る	59
お題その9	路地裏の猫を味わい深く撮る	63
お題その10	壮大なイメージで花畑を撮る	67
お題その11	公園で走る子どもを撮る	71
お題その12	ビル夜景を美しく撮る	76
お題その13	湖畔に集まる白鳥を逆光で撮る	79

Part2

写真の良しあしを冷静に見極めよう！

実践的な

13の撮影シーン別添削例

Part2をはじめための心構え	30
お題その1 桜を桜らしく情緒豊かに撮る	31

Part3をはじめための心構え	84
お題その1 花をクローズアップで撮る	85
お題その2 イメージカットのように花嫁を写す	89
お題その3 家の中でケーキを撮る	93
お題その4 思い出に残る家族写真を撮る	97
お題その5 家の中でペットを撮る	101
お題その6 晴れた日の公園でポートレートを撮る	106

Part4

お題その7	流れ落ちる滝をダイナミックに撮る	109
お題その8	大自然の風景を雄大に写す	113
お題その9	どんよりとした雪景色を自分好みに仕上げる	117
お題その10	キラキラと幻想的にイルミネーションを撮る	121

さらに自分のイメージ通りに仕上げよう！

撮影後の画像編集で

知っておきたい10の知識

その1	JPEGとRAWのそれぞれの役割	126
その2	現像処理とレタッチ	127
その3	ヒストグラムの見方	128
その4	レベル補正の使い方とその効果	129
その5	ビビッドな色味で仕上げる	130
その6	モノクロに仕上げる	131
その7	余計な部分を切りとる	132
その8	写り込んだものを消去する	133
その9	ソフトフォーカスをかける	134
その10	ミニチュア風に風景を切りとる	135

巻末

写真撮影のための基礎知識

その1	写真の画質と撮影時のサイズについて	138
その2	写真が写る仕組みについて	139
その3	絞りの役割とその効果	140
その4	シャッタースピードの役割とその効果	141

COLUMN

その5	ISO感度の役割とその効果	142
その6	撮影モードの種類とその特徴	143
その7	ピント合わせの方法とAF方式	144
その8	露出補正の仕組みとその特徴	146
その9	ホワイトバランスの仕組みとその特徴	148
その10	色調補正機能の特徴とその効果	150
その11	階調補正機能の特徴とその効果	151
その12	レンズの種類とその特徴	152
その13	大切な光の向きとその描写性	155
その14	基本構図と縦横の配置	156
その15	カメラアングルと寄り引きの効果	157

あつたら便利な撮影機材	その1	三脚・レフ板編	28
あつたら便利な撮影機材	その2	クリップオンストロボ編	136

索引

索引	158
----	-----

本書内容に関するお問い合わせについて

このたびは翔泳社の書籍をお買い上げいただき、誠にありがとうございます。弊社では、読者の皆様からのお問い合わせに適切に対応させていただくため、以下のガイドラインへのご協力をお願い致しております。下記項目をお読みいただき、手順に従ってお問い合わせください。

●ご質問される前に

弊社ウェブサイトの「正誤表」をご参照ください。これまでに判明した正誤や追加情報が掲載されています。

正誤表 <http://www.shoeisha.co.jp/book/errata/>

●ご質問方法

弊社ウェブサイトの「出版物Q&A」をご利用ください。

出版物Q&A <http://www.shoeisha.co.jp/book/qa/>

インターネットをご利用でない場合は、FAXまたは郵便にて、下記「翔泳社 愛読者サービスセンター」までお問い合わせください。電話でのご質問は、お受けしておりません。

●回答について

回答は、ご質問いただいた手段によってご返事申し上げます。ご質問の内容によっては、回答に数日ないしはそれ以上の期間を要する場合があります。

●ご質問に際してのご注意

本書の対象を越えるもの、記述個所を特定されないもの、また読者固有の環境に起因するご質問等にはお答えできませんので、あらかじめご了承ください。

●郵便物送付先およびFAX番号

送付先住所 〒160-0006 東京都新宿区舟町5

FAX番号 03-5362-3818

宛 先 (株)翔泳社 愛読者サービスセンター

※本書に記載されたURL等は予告なく変更される場合があります。

※本書の出版にあたっては正確な記述につとめましたが、著者や出版社などのいずれも、本書の内容に対してなんらかの保証をするものではなく、内容や事例に基づきいかなる運用結果に関してもいっさいの責任を負いません。

※本書に掲載されているサイトの画面イメージなどは、特定の設定に基づいた環境にて再現される一例です。

※本書に記載されている会社名、製品名はそれぞれ各社の商標および登録商標です。本書では™、®、©は割愛させていただいております。

Part 1

しっかり克服しておきたい!

写真を撮るときに やりがちな 10の失敗

どんなに写真撮影の経験が豊富な人でも失敗はつき物です。

ここでは、写真を撮る際に誰もが行いがちな失敗例を10シーンほど選びました。

これらの要素を意識するだけでも、写真はぐんと上達します。

具体的な添削に入る前に、

まずはここで取り上げる失敗を、未然に防げるようにしておきましょう。

巻末『写真撮影のための基礎知識』(P137～)も

ぜひ参考にしながら読み進めてください。

失敗 その1

花を撮るとピンボケになる



撮影の
ヒント

小さい植物ほどピント合わせは難しい
AF と MF をうまく使ってしっかりピントを合わせよう

ちょっと
失敗

オートフォーカスを過信しすぎない

オートフォーカスで撮影。このようにカメラ任せで操作をしてもピントが全体的に合わないことも。デジタル写真であれば、明るさや色味は撮影後に修正できますが、ピンボケの修正は不可能。きちんと撮影時に吟味しましょう。

撮影
データ

絞り優先オート／絞り f4／シャッタースピード 1/60 秒／プラス
1 補正／ISO800／WB オート／レンズ 27mm

ちょっと
失敗

花のどこにピントを合わせるか

ピントがやや後方です。絞りを開いてボケ味を大きくすると、ピントの合う範囲も狭まります。ボケ味を大きくして写す場合には、より一層ピント合わせには注意が入ります。この写真では構図も再考の必要あり。主題の花の位置がやや中途半端です。



撮影
データ

絞り優先オート／絞り f5／シャッタースピード
1/100 秒／プラス 0.7 補正／ISO500／WB
オート／レンズ 80mm

ピンボケの合っている状況をかちんと確認するクセをつける

ピンボケは、暗い場所での撮影や動く被写体を相手にした場合などで起こりやすい現象です。しかし、花は静物にも関わらず、仮に明るい場所で撮影しても、ピンボケを起こしやすい特徴を持っています。これは被写体自体が小さいために、カメラがピントを合わせる主題を見つけ出せないことにも大きな原因があります。

まず花を撮る場合には、ピントは基本的にオートフォーカス（AF）を使い、画面の真ん中でしっかり合わせます。その後にフォーカスロック*でピントを固定し構図を決めます。これで花を画面の中でさまざまに配置できるようになります。それでもピントが合わせにくい場合には、マニュアルフォーカス（MF）に切り替え、自らピントを合わせましょう。時間はかかりますが、手ブレの心配もなく、より確実に被写体へ焦点を合わせることが可能になります。

◆ 解決ポイント

- 1 しっかりピントを合わせた上で、フォーカスロックを使い構図を決定する
...
- 2 オートフォーカスでピントが合わせにくければ、マニュアルフォーカスを活用する
...
- 3 三脚を使えばピント合わせもより吟味でき、手ブレも防げる



お手本



【ピント】



【カメラ
アングル】

ピントを確認し、構図を決める

オートフォーカスでしっかりピントを合わせた上で、フォーカスロックしながら構図を決めました。この写真はややローアングルから撮影しているのもポイント。開放感のある仕上がりになっています。こういった撮影では三脚を使い、構図を決めながらマニュアルフォーカスで撮影するとより確実です。

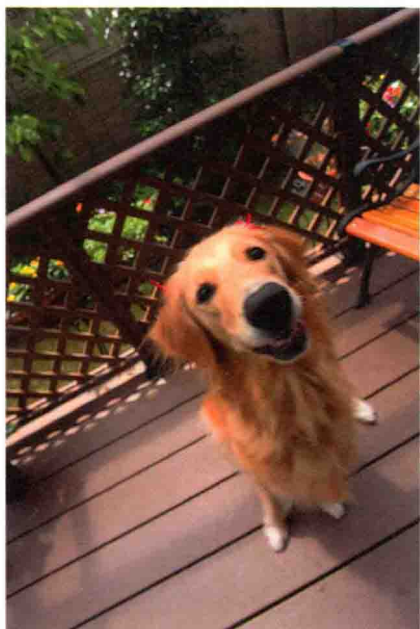


撮影
データ

絞り優先オート／絞り f3.2／シャッタースピード 1/160 秒／プラス1補正／ISO800
／WB オート／レンズ 100mm

失敗 その2

愛犬を撮ろうとするとぶれる



撮影の
ヒント

とにかく速いシャッタースピードを確保しよう
広角レンズで広く入れ込むのも効果的

ちょっと
失敗

最大限に高速シャッターを意識する

ブレには主に2種類あります。被写体が動くことで生じる“被写体ブレ”とカメラ自体が動き画面全体がぶれてしまう“手ブレ”です。いずれも低速時に起こしやすい症状。この写真は被写体ブレを起こしています。動物の撮影では特にブレには注意が必要です。

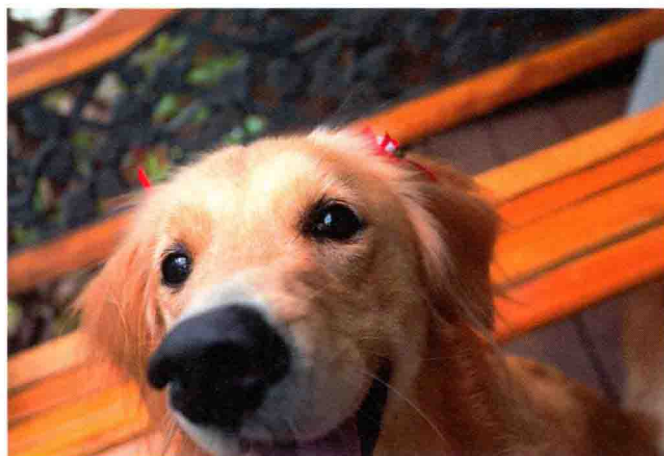
撮影
データ

▶ プログラムオート／絞りf5／シャッタースピード 1/60 秒／プラス 0.3 補正／ISO100／WB オート／レンズ 20mm

ちょっと
失敗

中途半端な切りとり方は避けよう

犬のように動きの速い動物は、画面の中に被写体を入れ込むだけでも一苦労。広角レンズで広く被写体を入れ込むと、中途半端な切りとり方が回避できます。慣れてきたら、他のレンズを使って寄り引きしながら、異なる描写を試してみるのもいいでしょう。



撮影
データ

▶ プログラムオート／絞りf5／シャッタースピード 1/100 秒／プラス 0.3 補正／ISO200／WB オート／レンズ 60mm

最初のうちは動きの少ない瞬間を狙うことも大切

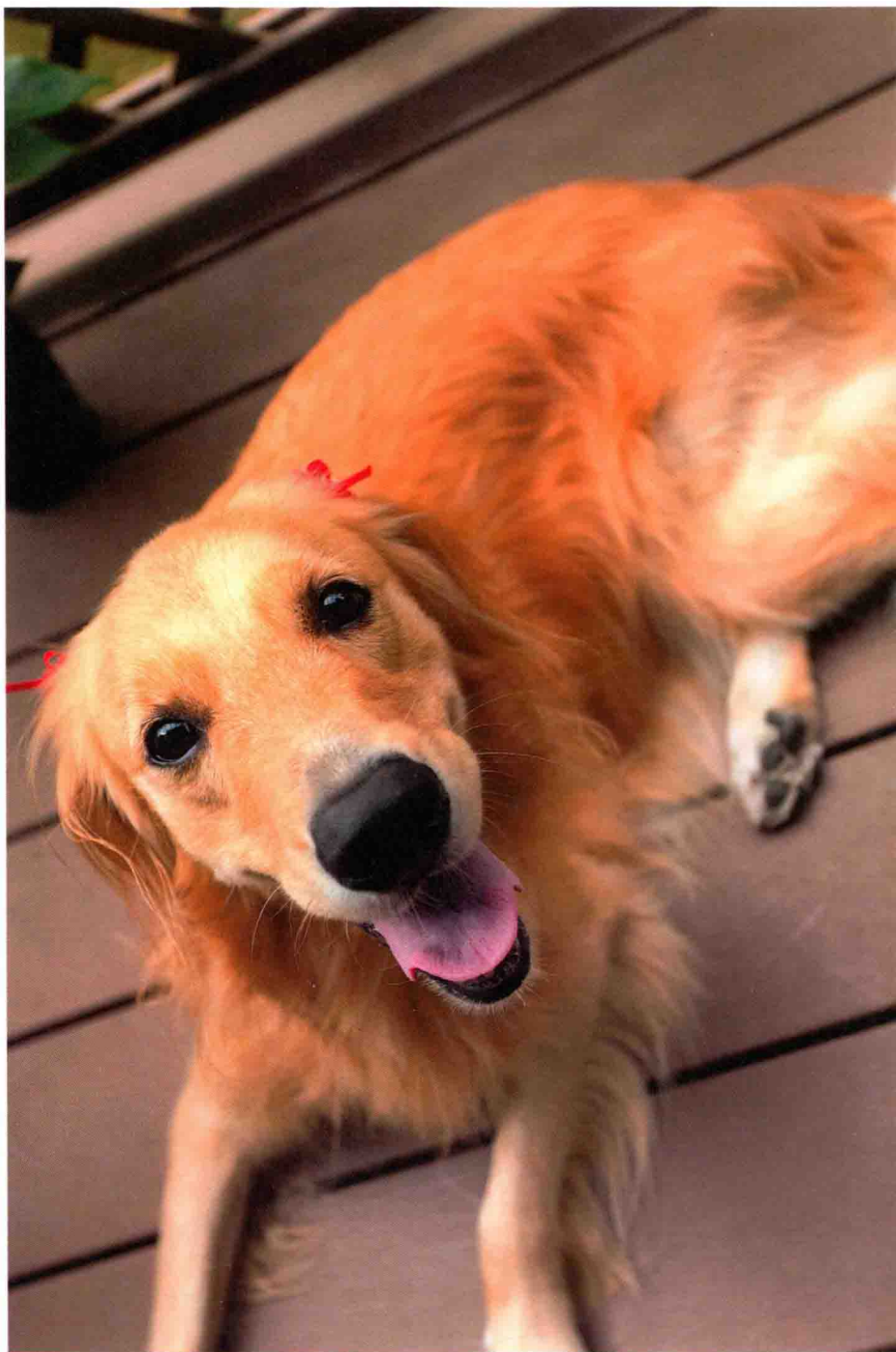
動きの予測できないペットの撮影では、明るい屋外を利用し速いシャッタースピードを確保しながら撮影を行いましょう。さらに広角レンズで広めに被写体を入れ込めると、動き回っても撮り逃す心配が減ります。

また、速いシャッタースピードの確保にはシャッタースピード優先オートを利用します。シャッタースピードの目安は1/250秒以下だと、被写体がぶれやすくなります。なお、この撮影ではISO感度も重要な要素です。オートもしくは高感度に設定することで、速いシャッタースピードが利用しやすくなります。

ただし、最初のうちは動いている様子よりも、動きを止めた一瞬をなるべく狙ってみましょう。激しく動き回る姿は躍動感に溢れる魅力的ですが、ブレだけでなく、ピント合わせも難しくなります。動きの少ないシチュエーションに焦点を絞る。ことで、より確実に自分好みのペットが撮影できます。

◆ 解決ポイント

- 1 高速シャッターで手ブレを防ぐ
...
- 2 広角レンズでうまく全体を入れ込みながら撮影を行う
...
- 3 一番撮影しやすい静止したところを狙うとピントも合わせやすい



お手本



動きを止めた一瞬を逃さずに 高速シャッターで切りとる

寝転がった一瞬の情景です。次の瞬間には起き上がり動き回っています。被写体は止まっていますが、カメラを臨機応変に動かしながら撮影しているため、高速シャッターが安定感のある画作りに大きな役割を發揮しています。広角レンズで広めに切りとることで、近くからでも全身を入れ込み撮影できている点も大きなポイントです。



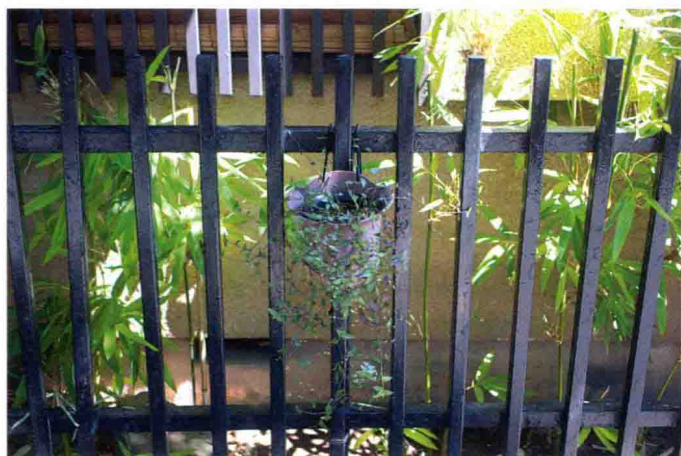
シャッタースピード優先オート / 絞り f5 / シャッタースピード 1/500 秒 / プラス
0.7 補正 / ISO400 / WB オート / レンズ 40mm

失敗 その3

背景がふんわりボケない

撮影の
ヒント

絞りの数値を変えること以外で
どうすればボケ味を調整できるかも考えてみよう



ちょっと
失敗

奥行きがないと
ボケ味は出にくい

路地裏の風景。主題は鉢植えです。要素を並列に扱うスナップとしてはいいですが、平面的な構図のため、ボケの効果が出にくく、絞りを開いていても、柔らかな雰囲気には仕上がっていません。主題の印象もやや弱いです。

撮影
データ

絞り優先オート／絞りf4／シャッタースピード 1/125
秒／プラス1補正／ISO400／WBオート／レンズ
50mm

惜しい

カメラアングルの変化で
奥行きを出す

角度をつけることで、奥行き感が演出され、手前と奥のボケ味が大きくなっています。しかし、ボケの程度がやや弱いです。絞りの数値を小さくすることで、より“ふんわりと柔らかな雰囲気”が演出できます。



撮影
データ

絞り優先オート／絞りf8／シャッタースピード
1/40秒／プラス1補正／ISO400／WBオート
／レンズ50mm

ボケ味の大きさを
写真の雰囲気はガラリと変わる

写真はボケの効果を描写に取り入れることで、全体的に柔らかな雰囲気が演出できます。この操作は絞り優先オートを使い、F値を小さくすることで、誰でも簡単に行うことができます*。

注意したいのは、撮影を行うシチュエーションです。平面的な場面では、絞りを開いてボケ味を大きくしても、奥行きがないために、その効果が描写の中に取り込めません。主題に対して奥行きのある背景を選んだり、立体的に見える角度から撮影を行うことが、この撮影では大切な要素になります。

さらに、この場面で大きな効果を発揮するのが望遠レンズです。望遠レンズは他のレンズと比較して、ボケ味が大きいのが特徴です。より焦点距離の長いレンズを利用することで、ダイナミックなボケ味が利用できます。一方、すでに述べたようにボケ味は大きくなるほどピント合わせが難しくなります。望遠レンズ使用時は、このピントの合い具合にも細心の注意を払いましょう。