はじめに

デジタルカメラが登場するまで、写真はフィルムで撮影していました。
撮り終わったフィルムを現像してプリントするまでは、写っているかどうかもわからずドキドキしたものです。

今は撮ってすぐに確認することができるので、手間も時間もかからなくなり「写真」というものがすごく身近な存在になりました。

でも記録するものや道具が変わっただけで、写真を撮るときに被写体を探したり、背景を選んだり、どんなアングルでどんなフレーミングで撮影したらいいか、というプロセスは何も変わっていないんですね。

撮るだけではなく、ちょっとした手間をかけたり工夫をすることで写真は何十倍も魅力的なものに変わります。

この本でちょっとでも手間や工夫のヒントがつかめたら、是非いろいろなところで試してくださいね。

写真家　並木 隆

もくじ

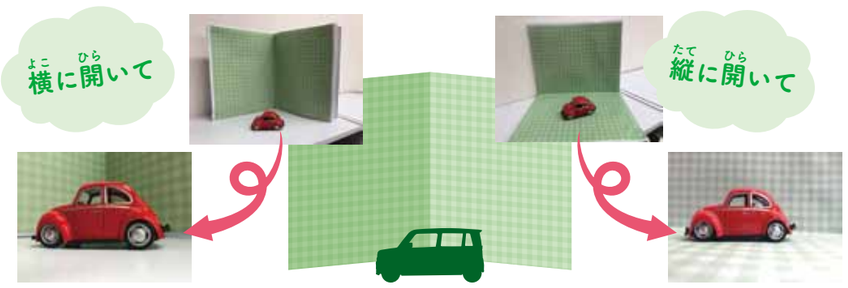
基本編
主役が映える配置にしよう …… 4
背景で主役を引き立てよう …… 6

家庭科編
調理実習を撮ろう①準備編 …… 8
調理実習を撮ろう②完成編 …… 10
布を用いた製作物を撮ろう …… 12

理科編
校庭でみつけた虫を撮ろう …… 14
季節の変化を撮ろう …… 16
植物の成長を撮ろう …… 18
花のつくりを撮ろう …… 20
水そうのメダカを撮ろう …… 22
雲と天気を撮ろう …… 24
流れる水のはたらきを撮ろう …… 26
BTB溶液の色の変化を撮ろう …… 28
磁石の実験の結果を撮ろう …… 30

● この本は、Chromebook・iPadなどの端末での撮影を想定しています。

見返しの使い方



作品や小物を撮影するときの背景（壁紙）として使えます。本を立たせて、その前に作品を置いて撮影しましょう。

基本編

主役が映える配置にしよう

写真は、目で見る世界と違って、四角い枠の中に写るものが全てです。写真が横長なのか縦長なのか、主役がどの位置にあるかで写真の表現や印象は大きく変わります。ここでは主役が映える配置を考えましょう。この画面の構成のことを「構図」といいます。

1 縦位置写真と横位置写真を使い分けよう

縦長の写真を「縦位置」、横長の写真を「横位置」といいます。この縦位置・横位置には、それぞれ異なる効果があります。効果を知り、「主役は何か」「何を見せたいか」で縦位置と横位置を使い分けてみましょう。

縦位置 高さを表現

縦位置は、高層ビルや木などの高さや、奥行きを表現したい場合に使います。背景を整理して、主役をより目立たせたいポートレートなどでもよく使われます。この写真の場合は縦位置にして、空の高い部分までとらえ、雲の形のおもしろさを表現しています。

ポートレートや料理写真などで！

横位置 広がりを見せる

横の広がりを表現したい場合に使うのが横位置です。風景や街並みなど、よりたくさんのものを見せたい場合にもよく使われます。この写真の場合は、緑の草花や1本の木が映えるようなイメージで空を入れています。

広がりを見せたい風景写真で！

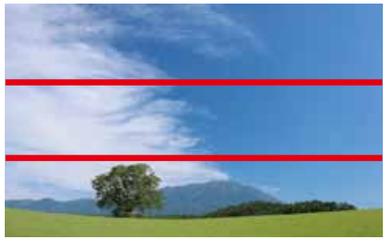
2 強調したい部分が画面を占める割合を決めよう

主役を写真のどこに配置するかを決めるときに知っておきたいのが、構図の考え方です。どの位置に主役を配置すると目立つのかを考えてみましょう。

画面を二等分にする

画面を縦、または横を二等分にして撮影する方法です。地平線や水平線を真ん中におくと安定して見えますが、平凡な印象の写真になってしまうこともあります。

画面を三等分する



画面を三等分にする方法です。強調したい部分が画面の２／3以上を占めるようにすると、主役が明確になります。この場合は空を主役にしました。

3 主役の配置を決めて写真を撮ろう

日の丸構図

主役を真ん中に配置する方法です。写真を見る人の目が、主役に集まります。

三分割構図

縦と横を三分割して、その線の交わるところに主役を置く方法です。

プロのテクニック

空間を使って想像力をかきたてる

右の写真のように、チョウの顔の先に写真の半分以上のスペースを空けて配置することがあります。空間があることで、「チョウは次にどこに行こうとしているのかな?」などと見る人の想像をうながす効果が生まれます。人物の写真（ポートレート）でよく使われる方法です。

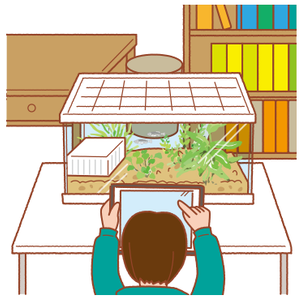
理科編

水そうのメダカを撮ろう

飼育しているメダカを撮影します。水そうは透明な容器なので、油断するとメダカ以外のいろいろなものが写り込んでしまいます。水そうの中を泳ぐメダカの動きを見ながら、背景とピントに注意しましょう。

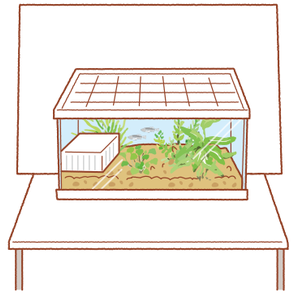
セッティング方法

❶背景が写り込んでいる



水そうや水は透明なので、背景に奥のものが透けて見えます。メダカは小さいので、このままだとメダカの様子がはっきり見えません。

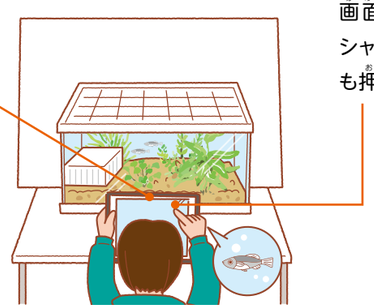
❷水そうの後ろに白い紙を敷く



背景に、無地の白い紙を敷きます。すると水そうの中がはっきり見えるようになりました。

ポイント❶ カメラは固定する

メダカを撮るために、カメラは動かさず固定します。メダカの全身がはっきり写るように、水草が写りこまない位置を探します。



ポイント❷

画面内にメダカが写るのを待って、シャッターを押します。連続して何回も押して、よく撮れたものを選びます。

背景は黒い紙や黒板など、色が濃くて無地のものでもはっきり見えます。

ピントが合っていない

タブレットPCを動かして撮影したら、ピントがずれてしまいました。しっかりと固定して、ピントが合うまで何枚も撮りましょう。

メダカにピントが合った!

3匹のメダカにピントが合った写真が撮れました。メダカの動きの予測がつかないので、ひたすら待って、何枚もシャッターを押して撮れた1枚です。ヒレの形もしっかり写っているので、オスとメスもよくわかります。

別カットメモ

物語のように

1匹のメダカがカメラに向かってやってきました。物語の一場面のようなフォトジェニックな1枚になりました。

魚が重ならないように

複数のメダカを撮るときは、魚が重ならないようにするときれいに見えます。

横向きも正面も

横を向いている方が魚の形はよく見えますが、正面を向いていると躍動感が生まれます。

メダカの卵は水草に産みつけられます。卵を撮影する場合は、水草ごと水そうからとりだして撮影しよう。