

スマホで写真撮影 する方法



文：広報課 伊達聖
サポーター
プロカメラマン 大崎俊典

準備・管理

KEY.1 レンズを拭く

撮影前には清潔で柔らかい布（マイクロファイバーやメガネ拭き）で優しく拭きましょう。意外とスマホのレンズにホコリが溜まっていたり、何気ない日常の中で指がレンズに触れてしまい、指紋がついていることがあります。

● 注意

- ・ティッシュや服でゴシゴシ拭かない
除菌シートには水分が多いため、レンズの隙間に水分が入る可能性があります。また反って、拭いた跡が残リレンズが汚れてしまいます。
- ・微細な繊維やホコリでレンズに傷をつけてしまう可能性があります。

KEY.2 スマホ本体に熱を加えない

暑さが厳しい今の季節に気を付けたことです。スマホ本体が熱くなると、カメラ機能が一時停止してしまったり、解像度が落ちてしまうケースがあります。また、炎天下にスマホを車内に置きっぱなしにしたり、長時間直射日光があたるところに放置すると、バッテリーの劣化だけでなく、発火する恐れがあります。特にこの夏場で釣りに出かける際は気を付けましょう。

撮影のコツ

POINT 1 手ブレを防ぐ

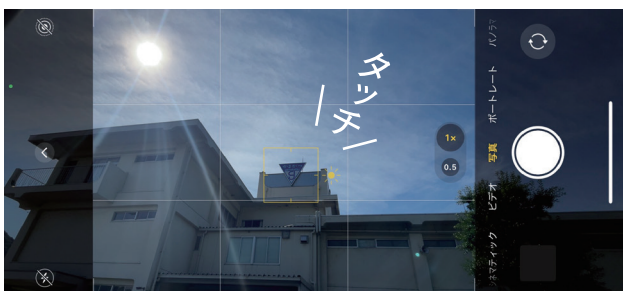
写真撮影のときに一番防ぎたいのは、ブレてしまっている写真だと思えます。少しでも防ぐためには、①スマホを必ず両手でしっかり構えて持つこと。②腕を伸ばさずに脇をしめること。この2点がとても大事です。その際に、撮影者の指がカメラに映りこまないように注意しましょう！



両手でしっかり構えて持つこと

POINT 2 ピントを合わせる

シャッターを押す前に、画面に映る被写体を1回タッチします。そうすることで、カメラが被写体を基準にして明るさを自動調整し、ピントも合わせてくれます。



POINT 3 背景にこだわる

被写体の背景がシンプルであればあるほど、より良い写真に変身します。反対に、車や荷物などが映りこんで背景が乱雑な場合、情報量が多くなるため被写体が目立たない写真となってしまう。なるべく背景は、単純・単色の場所で撮影することをおすすめします。



背景スッキリで被写体が目立ちます

POINT 4 逆光を防ぐ

逆光だと、人物が暗くなってしまう、顔の判別がつかなくなってしまう。太陽や照明の光の方向によって、写真の映え方は大きく変わります。被写体よりも後ろに太陽がこないように撮影位置を決めましょう。



POINT 5 ズーム機能は使わない

年々スマホは最新機種が登場し、カメラ性能も高まり続けています。ただ、あくまでもスマホの一部機能であるため、完璧なカメラではないです。特に、ズームすると画質の解像度は維持できず落ちてしまいます。周辺の環境に問題がなければ、ズーム機能は使わずにスマホ自体を被写体に近づけて撮影すると、解像度を維持したまま迫力のある写真が撮影できます。



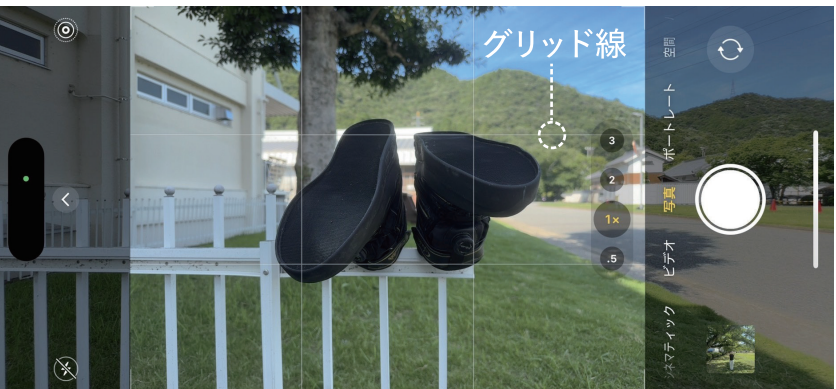
POINT 6 集合写真は複数枚を撮影する

集合写真はどうしても大人数が被写体となります。偶然にも目を瞑ってしまった自分を見ると、恥ずかしいような悲しいような気持ちに誰しもなったことがあるかと思います。少しでもそんな人を減らすために撮影者は連写をするか、同じ写真を2〜3枚撮影しましょう。



POINT 7 グリッド線を表示する

スマホのカメラ設定から「グリッド線」をONにすると、画面に縦横3分割の線が出て、写真のバランスを良く、また美しく見せることができます。グリッド線を使いこなす方法は、次のページの写真構図をご覧ください。



写真構図とは？

被写体を写真内のどこに配置して、どのように表現するか？を決めるテクニックや考え方のことです。構図を工夫することで、同じ風景や人物でも印象がガラッと変わった写真を撮ることが出来ます。

構図の種類

日の丸構図

名前のとおり「日の丸」のように画面中央に被写体を置くこと。
はっきりと被写体が目で分かるためインパクトがある写真になります。

●おすすめシーン…釣果・釣行



点構図

シンプルな大きな背景に被写体を点のように置くこと。
被写体をあえて小さく置くことで、背景が引き立つ写真になります。

●おすすめシーン…釣行



三分割構図

画面を縦横に三分割して、線が交わったところに被写体を置くこと。
自然な躍動感があり、被写体がフォーカスされた写真になります。
※スマホ画面にグリッド線を入れる設定を行うと、より分かりやすいです。

●おすすめシーン…釣行

二分分割構図

画面を上下または左右に二分分割した線上に水平線などを合わせることで、水平をとることで安定感が生まれるので、斜めにならないように注意しましょう。

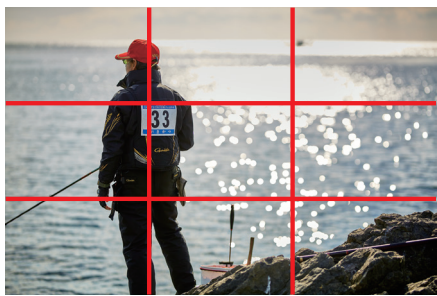
●おすすめシーン…水平線

四分分割構図

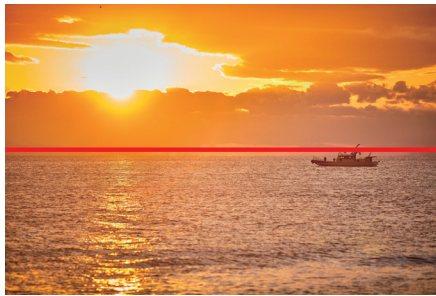
画面を縦横に四分分割して、画面を16ブロックに分けてブロックごとに活用すること。

背景を強調させつつも、被写体も引き立たせる手法です。

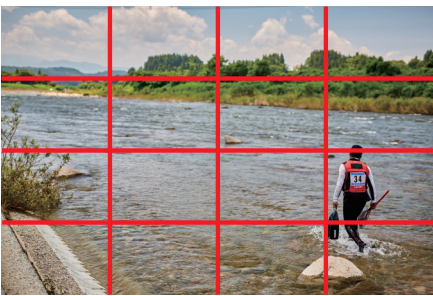
●おすすめシーン…竿曲がり・釣行



三分分割構図



二分分割構図



四分分割構図

対角線構図

画面の対角線上に被写体を置くこと。
料理の写真で使われることが多い手法です。

●おすすめシーン…釣った魚の料理



迫力のある釣果写真を撮影する方法

被写体の立場

・腕を伸ばして魚をカメラレンズに近づける
・魚を持つ指は、なるべく魚の後ろに潜める

撮影者の立場

・魚が目立つように意識してアングルを決める
・被写体の笑顔をより引き出すために、テンションは上げたまま維持する
・スマホ水没や足場には気を付ける



余談

皆さんは魚を思い浮かべたとき、魚の顔は右と左のどちらを向いていますか？おそらく、大半の方は左向きの魚を想像されたかと思います。これは右利きの割合が多いことが影響しているなど諸説あるようです。一説では、飛鳥時代に「左上右下（さじょう うげ）」という考え方が唐から伝えられたことが始まりと言われています。唐の時代に「天帝は北辰に座して南面す」という言葉があり、皇帝が北極星を背に南を向いて座することが良いとされていました。皇帝から見ると、日は東から昇って西に沈みます。日が昇る東（＝左）が日の沈む西（＝右）よりも尊いと位置づけられ、左が上位（優位）で、右が下位という考え方が広まりました。ここから魚料理の盛り付けは魚を左向きにすることや、神社で手を清めるときは左手から先に清めることなどが定着したのではないかとされています。ただ、国際基準では「右が上位、左が下位」が定着しているようです。例

えば、ヒンドゥー教やイスラム教では「右手」が清浄、「左手」が不浄という言い伝えがあったり、英語で「Right」は「右」という意味のほかに「正しい」という意味があったり…。明治時代に多様な西洋文化が国内に広まったため、「左上右下」の考え方は徐々に薄れているようです。

【お願い】

ぜひ各地区懇親会などで今回ご紹介した“撮影するときのポイント”や“写真構図”をご活用いただけますと幸いです。足場が不安定な釣場での撮影や公道・立ち入り禁止区域には、はみ出している撮影はお控えください。皆様の安全が確保された場所でたくさん素敵な写真を撮影いただきますようお願いいたします。