

# フォトグラファーに学ぶ 撮影のコツ! 3つのポイントを意識しよう!

**6月に「みんなのコンテスト(写真)」を開催します!**

そこで厚生会の写真教室の講師としてお世話になっているフォトグラファーの矢杉佳一郎さんに撮影のコツを教えてくださいました!  
あなたもお気に入りの写真を「みんなのコンテスト」に応募してみましょ! (応募期間: 6/1~7/12)

撮影で大事な3つのポイントを紹介します!!



矢杉 佳一郎  
(フォトグラファー)

ホームページ  
<https://www.yasugi-photo.com>



## POINT

### 1 主題を決める

主題を決めることで**見せたいもの**が分かり易い**惹きのある写真**になります。

雰囲気伝えるために、目の前にあるものを全部入れたい。ではなく、

**「一番見てほしいもの」を目立たせる。**

シンプルですが大切な事なので、常に意識しましょう。



見せたいものを目立たせて、見せる必要の無いもの(お箸など)は思い切ってカットすることも大事です。

## POINT

### 2 構図を取る

構図をしっかり取れば、日常の何気ない光景でも**印象的に写す**ことができます。

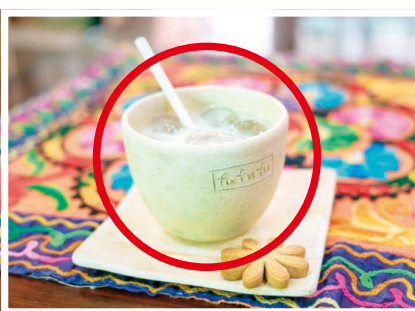


#### 三分割構図

縦横均等に三分割した線の交点に被写体を配置します。

被写体を大きく見せた上で、背景もたっぷり写すことができます。

**まずはこれだけ覚えて貰えたらOK!**  
というくらい万能で効果的な構図です。

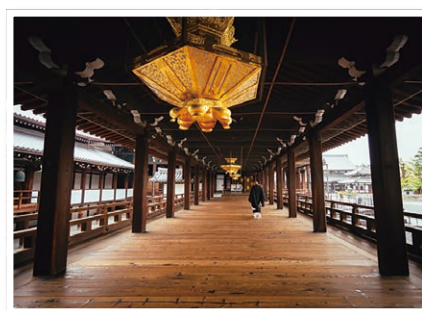


#### 日の丸構図

**真ん中**に被写体を配置します。

シンプルで被写体を強調しやすいので、見せたいものや、伝えたいことがしっかり伝わる構図です。

写真をフォトフレームなどに入れた時にも気持ちよく収まります。



#### 放射線構図

一つの点(収束点)から**放射状**に複数の線が伸びる構図で、奥行き感を出す効果があります。

意識して探せば生活圏の至る所にあり、形も**シンプルで作りやすい構図**です。

## POINT

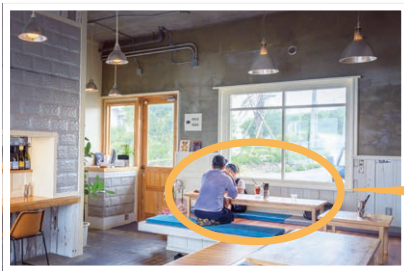
# 3 光を意識する

良い光は被写体を引き立てます。

窓から差し込む**自然光**など屋内でも**良い光**は見つかります。

**被写体（主題） & 光**が揃えば必ず**良い写真**が撮れます。

日常生活でも、**光を意識する**癖をつけると写真の上達につながります！



自然光が入る窓際の席で、料理の横や奥から光が当たるようにして撮影すれば、シズル感（みずみずしさ）が出て美味しそうに見えます。



## スマホで撮影！お助け機能紹介！！

### グリッドの表示

グリッド\*を表示すれば、「**構図を取る**」ことが断然やり易くなります。ぜひ、カメラの設定で「**グリッド**」をONにしましょう！

※矢印で示した白い補助線が「**グリッド**」です。



### 明るさの調整

明るさの調整は**太陽マークをスライド**させて行ないます。画面を**タッチしてピントを合わせた後にスライド操作**で明るさを調整します。

※機種によって操作方法が異なる場合があります。



### 【グリッドの表示方法】

設定 ⇒ カメラ ⇒ グリッド ON  
(機種によって異なる場合があります。)

教わった3つのポイントとお助け機能を組み合わせると実際に写真を撮影してみましょう！

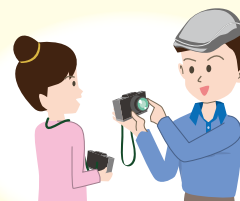
さらに詳しく撮影のコツを知りたい方はこちらから！



## 写真教室を開催します

写真が好きだけどなかなか上手に撮れない…とお悩みの方、フォトグラファーに撮影のコツを直接教えてもらおう！

日時：令和4年6月11日(土) 場所：京都水族館・京果会館  
締切：5月24日(火) 17時まで、右の申込フォームからお申し込みください。  
詳しくは挟み込みのチラシをご覧ください。



申し込みは  
コチラ▶

