

2 マニュアルモードをマスターしよう

講座 2 マニュアルモードをマスターしよう

1. マニュアルモード

1-1. カメラの色々なモード

1-2. 明るさの三角形

1-3. Mモードの3つのボタン

1-3-1. ISO感度

1-3-2. F値

1-3-3. シャッタースピード (SS)

1-4. マニュアルモード設定の3つのステップまとめ

2. 光の読み方

2-1. 光の読み方

2-2. 光の種類

2-2-1. 逆光

2-2-2. 順光

2-2-3. サイド光

2-2-4. まとめ

2-3. 光の特徴

2-4. 撮影事例

2-4-1. 逆光 V S 順光

2-4-2. シルエット

1. マニュアルモード

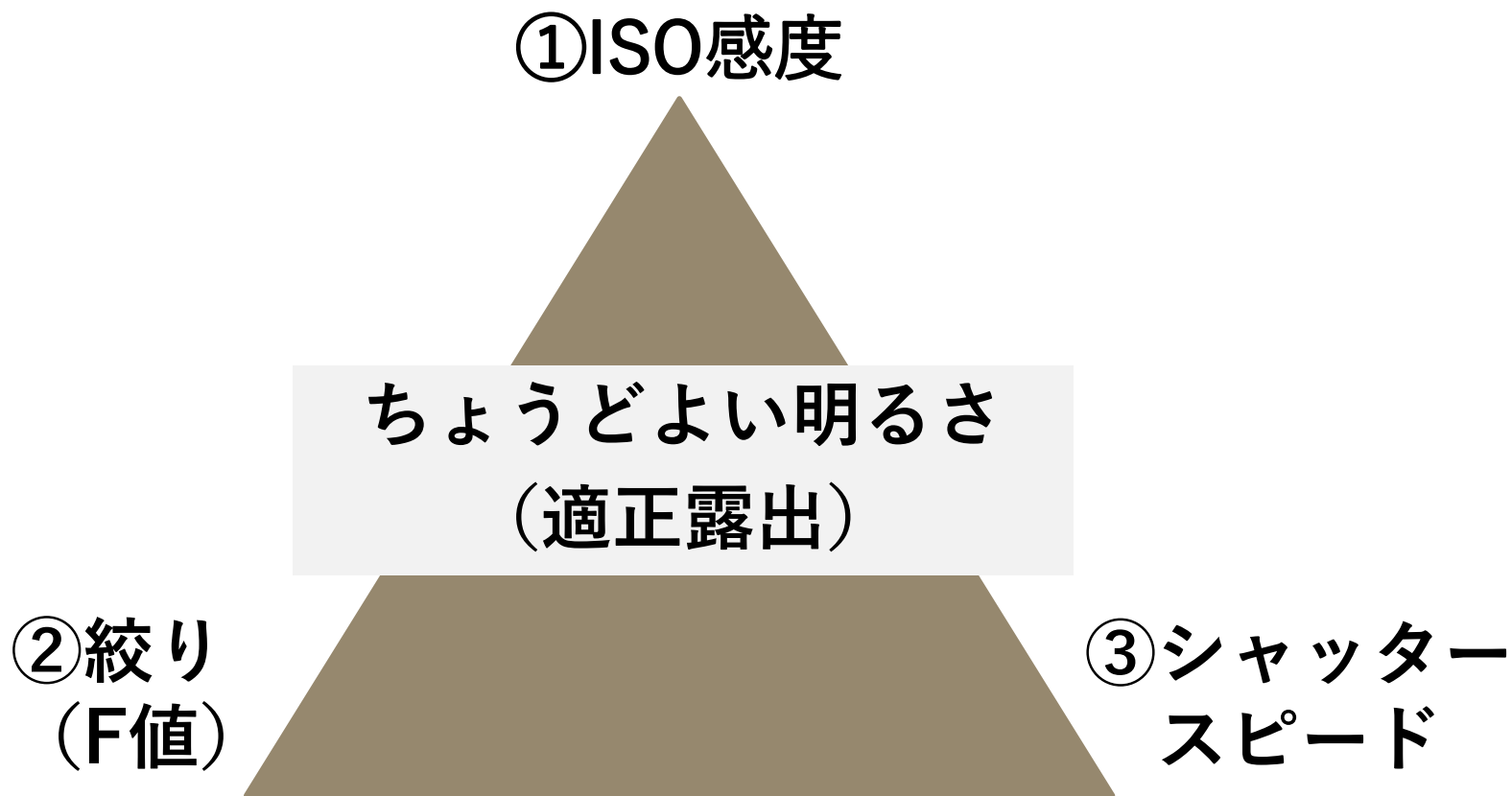
1-1. カメラの色々なモード

カメラのモード	絞り (F値)	シャッタースピード	露出補正・WB・ISO
AUTO (全自動)	カメラ	カメラ	カメラ
P (プログラム)	カメラ	カメラ	自分
S/T v (シャッター優先)	カメラ	自分	自分
A/Av (絞り優先)	自分	カメラ	自分
M (マニュアル)	自分	自分	自分



すべて自分でコントロールできる
マニュアルモードをマスターしよう！

1-2. 明るさの三角形



1-3-1. Mモードの3つのボタン ～ISO感度～

ISO感度 = 明るく撮れる能力

ISO値が小さい



ISO値が大きい



高画質
暗くなる

低画質 (粒子が粗くなる)
明るくなる

最小 100 200 400 800 1600 3200 6400 12800 ……

1-3-1. Mモードの3つのボタン ～ISO感度～

ISO感度を上げることによって

暗い場所でも明るく、手振れが少なく撮影可能

ISOの目安

場所	晴天屋外	晴天日陰	晴天室内	暗い室内
ISO値	100～	400～	400～	800～

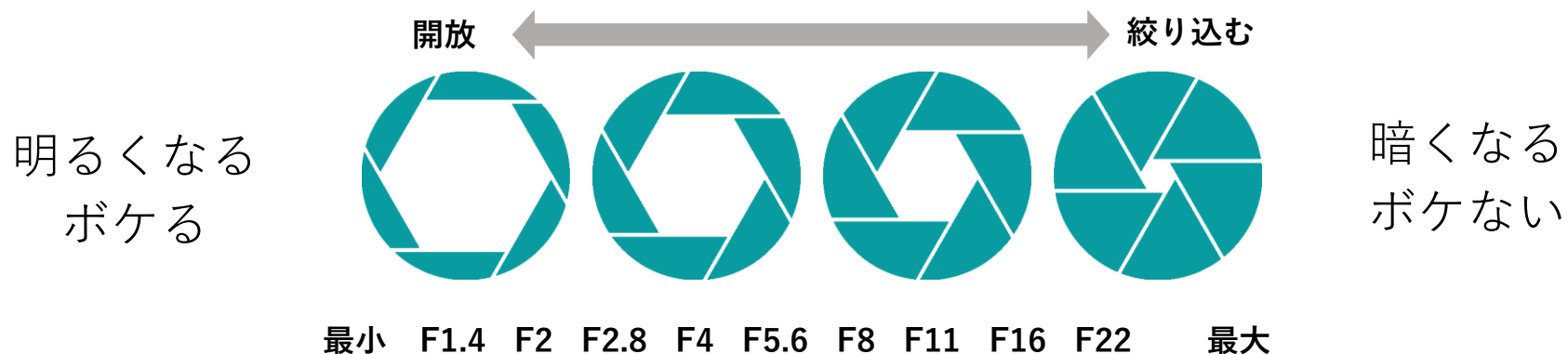
**画質の粗さを恐れずにISOを上げよう！
自分で許容範囲を決めよう！**

1-3-2. Mモードの3つのボタン ～F値～

F値（絞り） = レンズの中にある窓

- ①明るさのコントロール
- ②ボケ感のコントロール

F値小さい → ボケる！



1-3-2. Mモードの3つのボタン ～F値～

ズームレンズを使っている人が最小F値に設定する時
広角側と望遠側では最小F値が変わります。



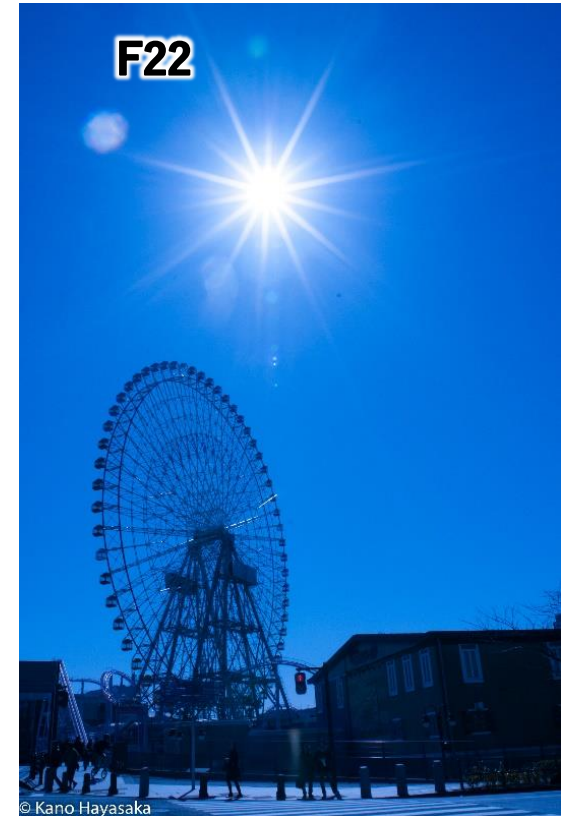
例) 18-55mm 1:3.5-5.6の場合。

広角側 (18mm)の最小F値は3.5
望遠側 (55mm)の最小F値は5.6

※ 広角側で、3.5にすると、
望遠にした時自動的に5.6に変更
→ 明るさが変わる (=暗くなる)

望遠側の最小F値にしておくこと!!!

1-3-2. Mモードの3つのボタン ～F値～



※集合写真や前後にずれた人物撮影はF値をあげること！
ただボカせばいいのではなく
何をどう撮るかで、ボケ具合を決める事

シャッタースピード = カメラの中にある窓

- ①明るさのコントロール
- ②ブレのコントロール



明るくなる
遅い & ブレる



暗くなる
速い & ブレない

1/15 1/30 1/60 1/125 1/250 1/500 1/1000 1/2000 1/4000

手ぶれしないシャッタースピードの目安

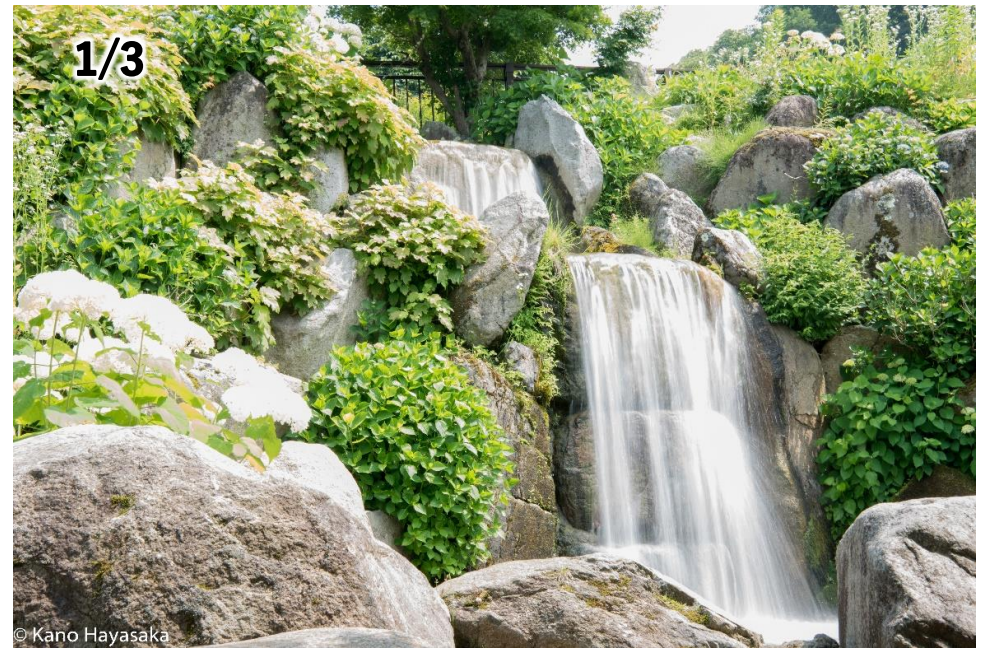
レンズの焦点距離分の1以上

例) 200mmのレンズは、1/200よりSSを遅くするとぶれる！

被写体ブレしないシャッタースピードの目安

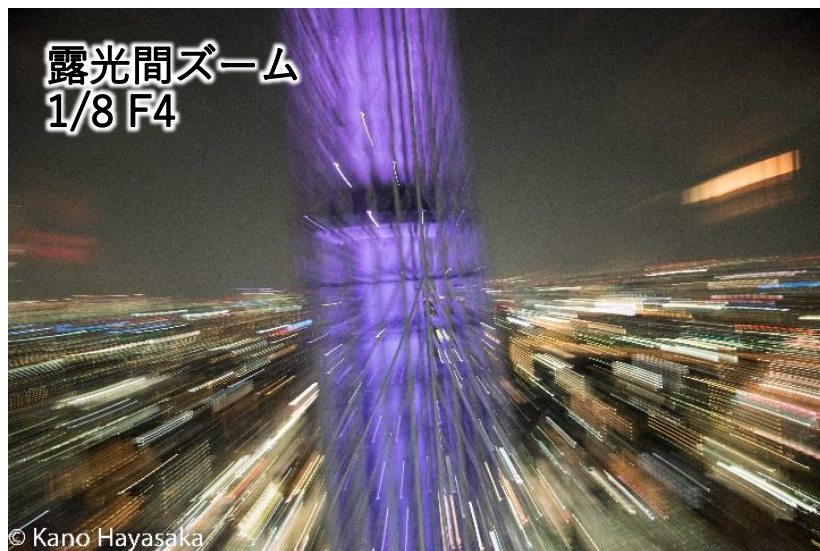
- ① 静止しているもの1/80以上
- ② ゆっくり動いているもの1/125以上
- ③ 動いている子ども1/250～500以上
- ④ 走っている大人1/500以上

シャッタースピードの違いによる表現の違い

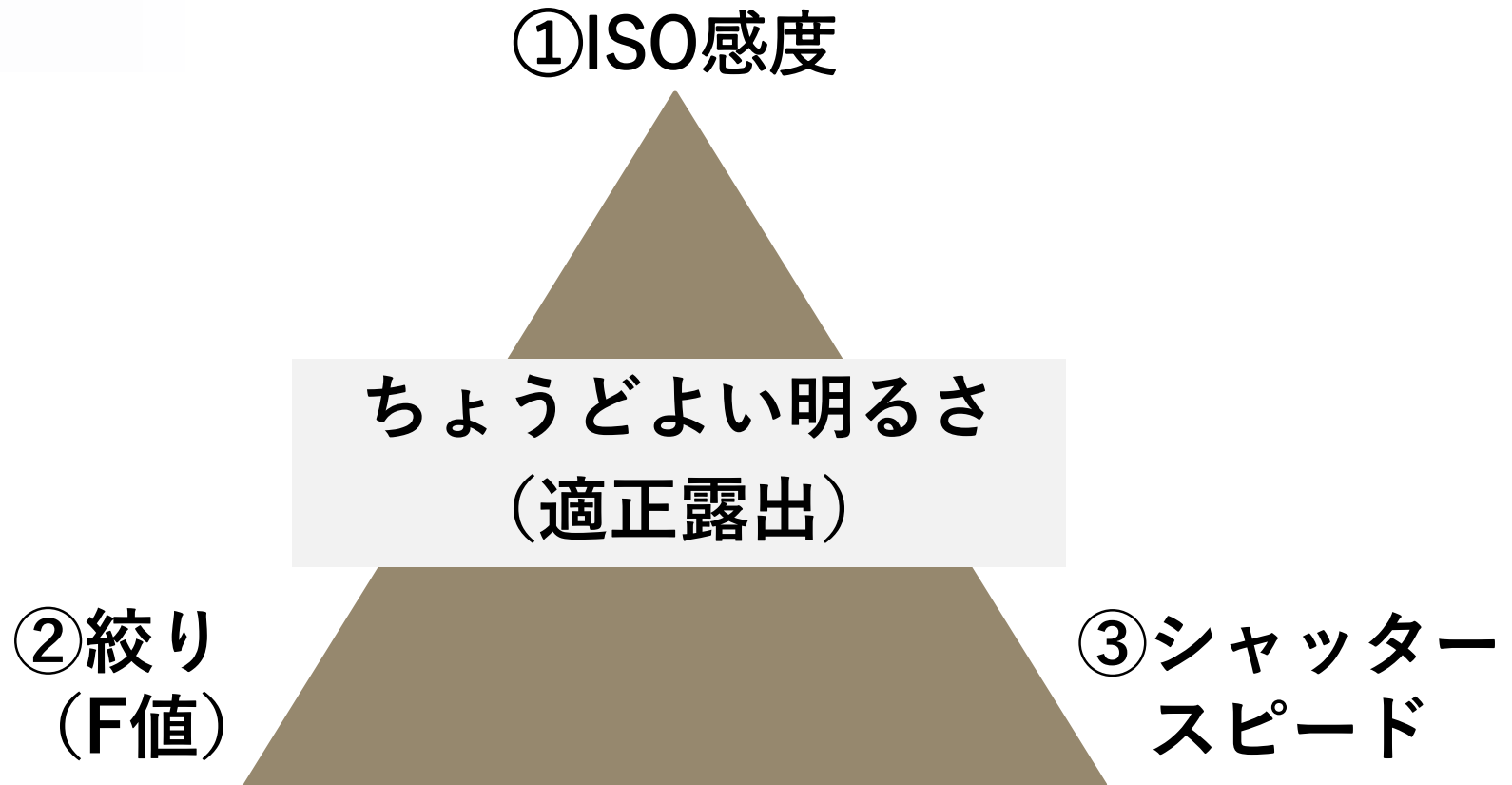


※滝のしずくに注目

1-3-3. Mモードの3つのボタン ～シャッタースピード～



1-4. マニュアルモード設定の3つのステップまとめ



明るくするには

- ◆ISOを上げる
- ◆F値を小さくする
- ◆シャッタースピードを遅くする

1-4. マニュアルモード設定の3つのステップまとめ

- **Step①** ISO設定：環境に合わせてISOを決める

明るい環境から暗くなるにつれてあげる。

- **Step②** F値設定：ボカしたいか、ボカさないか

ぼかしたいならF値は小さくする。

- **Step③** SSで明るさを調整する

明るくしたい → SS遅くする（ブレる）

暗くしたい → SS速くする（ブレない）

※ブラすかブラさないかでSSの数値が決まる。

※ブラしたくない。でも、一定以上SSを遅くできず、明るさ足りない時

- **Step④** ISOを上げる。

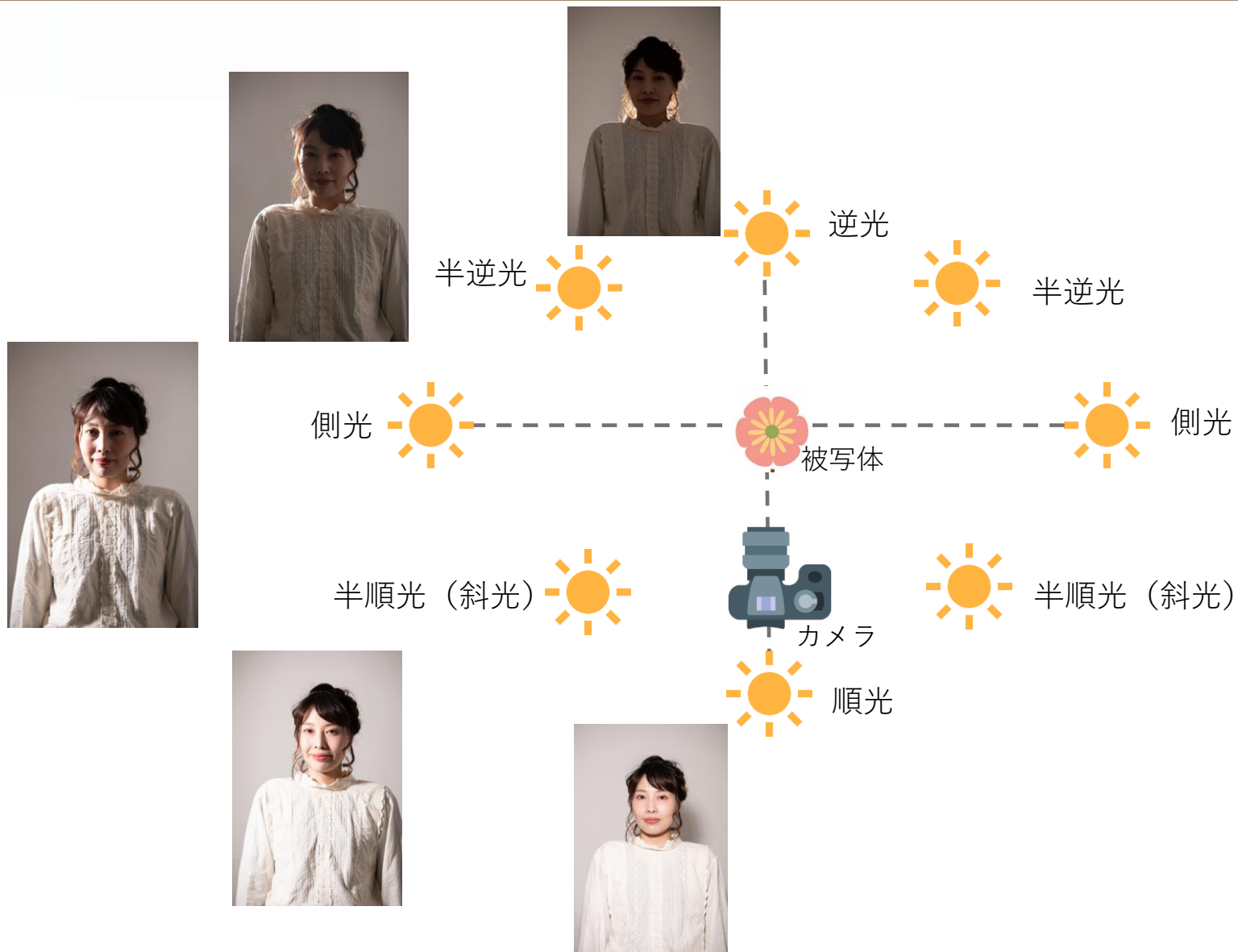
【チャレンジ】

マニュアルモードで自分好みの明るさの写真を撮
撮ってみよう！



2.光の読み方

2-1.光の読み方



2-2-1.光の種類 ～逆光～

① 逆光（半逆光）

【特徴】

- ・ 輪郭がキラキラ綺麗にうつる
- ・ 人物撮影に最適。（レフ板）



© Priceless Moment

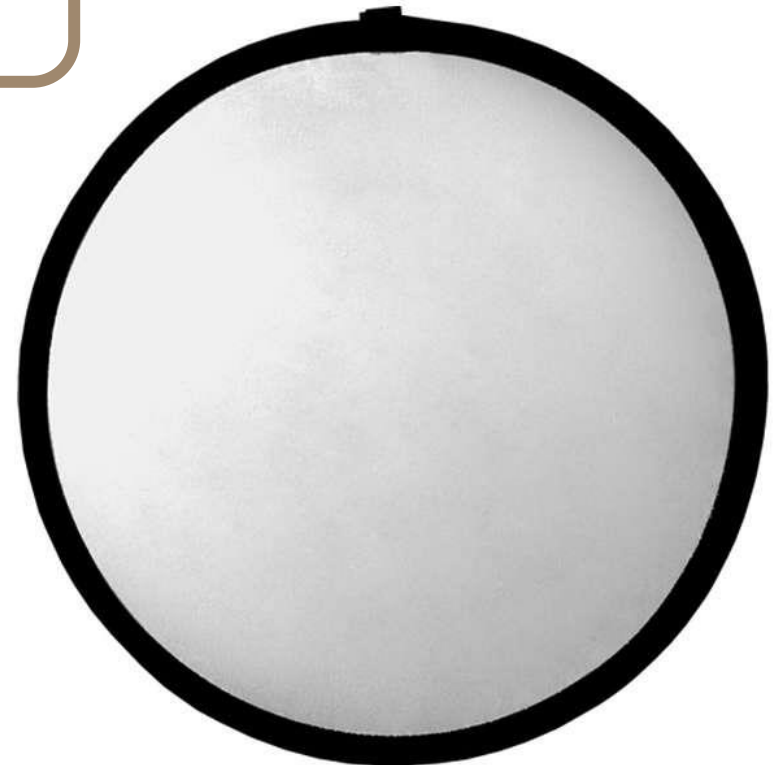


© Kano Hayasaka

2-2-1.光の種類 ～逆光～

レフ板とは？

白レフ：自然な光のはねかえしで基本のもの
銀レフ：白よりはね返しが強い
金レフ：はね返しに黄色いがかかる



2-2-1.光の種類 ～逆光～

レフ板あり・なし比べ

銀レフなし



銀レフあり



顔が明るく影がおこせている。

② 順光

【特徴】

- ・色が綺麗に表現（青空）できるので風景撮影に最適
- ・顔に影が落ち、肌の質感が悪くなるためアップ撮影不向き
- ・人物を入れるなら風景の一部としてがおススメ。



2-2-3. 光の種類 ～サイド光～

③ サイド光

【特徴】

- ・ 立体感がでるので質感が表現できる。
- ・ 男性のポートレートがドラマチックになる。



© Kano Hayasaka



© Kano Hayasaka

2-2-4.光の種類 ～まとめ～

①逆光（半逆光）

- 輪郭がキラキラ綺麗にうつる
- 人物撮影に最適。（レフ板があると良い）

②順光

- 色が綺麗に表現（青空等）風景撮影に最適
- 顔に影ができるため人物撮影不向き

③サイド光

- 立体感がでるので質感が表現できる。
- 男性のポートレートドラマチックになる。

2-3.光の特徴

かたい光

かたい光 = 影ができる



順光の光
快晴の空
直接的な強い光

VS

柔らかい光

柔らかい光 = 影がでない



半逆光や逆光
曇り空
レース越しなどの間接的な光

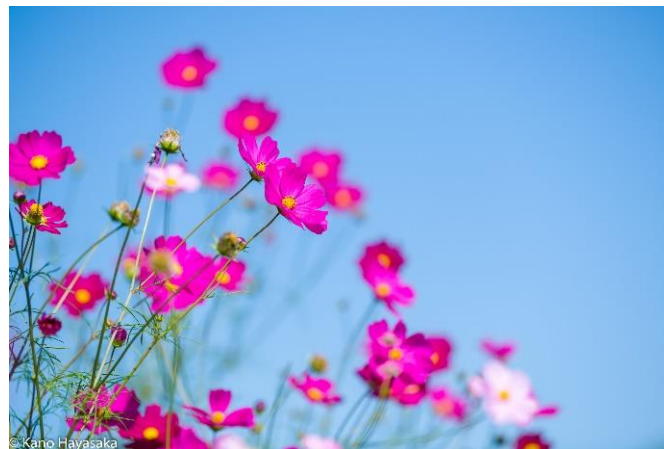
人物撮影向き

2-4-1. 撮影事例 ～逆光 V S 順光～

逆光撮影



順光撮影



2-4-2. 撮影事例 ～シルエット～

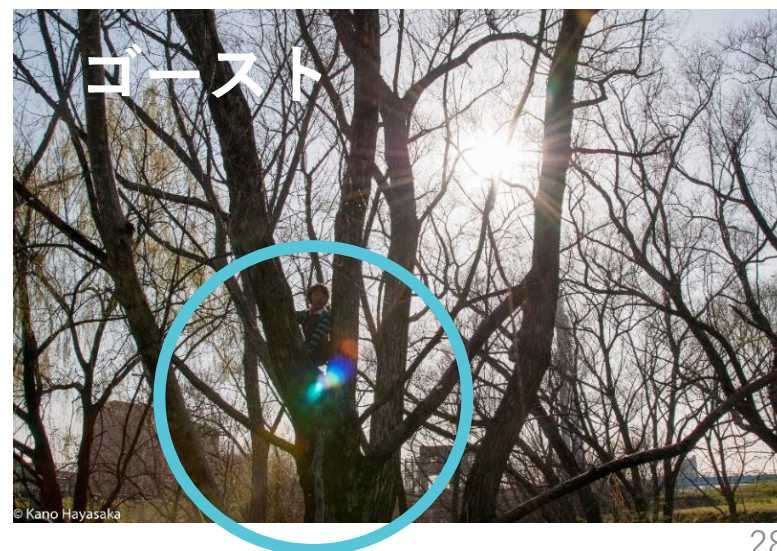
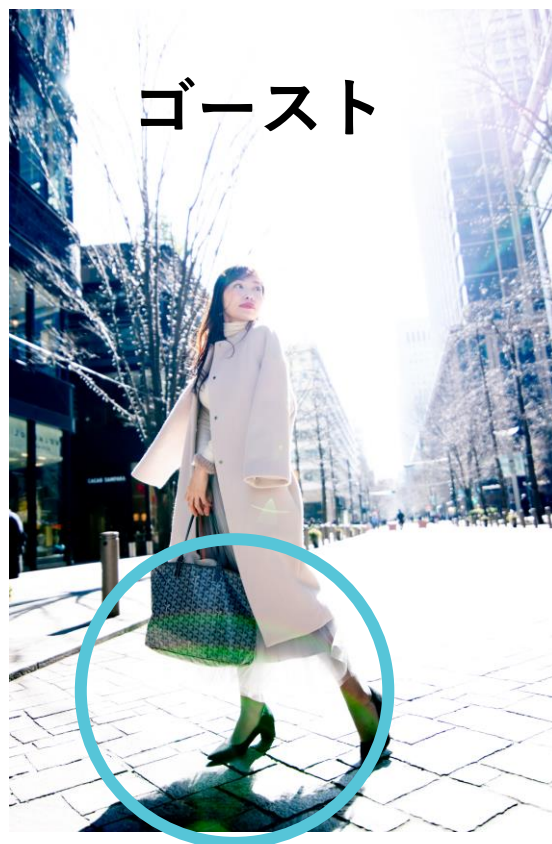


フレアとゴースト

太陽が低い位置の逆光は明暗差強くなるため
フレアやゴーストが発生しやすい。

防ぐ方法

レンズフード
の着用



【チャレンジ】

逆光でキラキラ写真を撮ってみよう

