

お母さんのためのお役立ちコラム

元気な3歳児のいい瞬間を 逃さないための写真撮影のコツ

3歳になると運動能力もぐんとアップし、走ったりボールを転がすことも多くなります。全身で楽しんでいるときは顔の表情もいきいきとして、自然な笑顔を撮るのに絶好のチャンス。いい瞬間を逃さないための写真撮影のコツを紹介します。

松井なおみさん

スタジオZui主宰、広告から雑誌、ホームページ、イベントなど幅広く撮影するフォトグラファー。女性ならではの感性を生かし、美容関係や自然な表情を引き出す人物撮影も得意とする。大の子ども好きで8歳の甥っ子にメロメロの毎日。



友だちと走り回ったり、ボールを追いかけたり…。3歳になると運動能力がアップして、いろいろなことを全身で楽しめるようになります。そんなときは表情もいきいきとして、シャッターチャンスもいっぱい！いい瞬間を逃さずに撮るには、普段から身に付けているスマホカメラが便利ですが、動きの速さについていけず、ブレたりピンボケになってしまうことが少なくありません。そこで、スマホカメラを使う場合に意識したいのが、“連写して瞬間をとらえる”という感覚です。何十枚撮っても、たったの1枚しかいい写真がないこともあります。[何か起こりそう]と思ったら、ためらうことなくパシャパシャと連写しましょう。

お子さんのかわいい成長記録や行事などをもっときれいに写したいのなら、できれば一眼レフデジカメを持ち歩いてシャッター



チャンスを狙いたいものです。最近は一見レフ初心者にも使いやすい、レンズキット付きの小型軽量一眼レフデジカメも多く出ています。お子さん用の荷物が多くても持ち歩ける、500mlペットボトル1本分程度の重さのタイプがおすすめです。一眼レフデジカメなら、夜景、風景、スポーツなどもオールマイティに撮影できます。初心者は撮りたいシーンのモードを選択すれば、ブレたり暗くなることもなく撮影もスムーズ。動きの速いお子さんのスポーツシーンも追っかけて撮ることができます。

遠くにいながらもお子さんの元気な姿を撮りたいときには、望遠性能レンズを使用するといいでしょ。運動会やさまざまなイベントでも活躍するので、このレンズの使い方に慣れておくと、遠くからもいきいきとした動きと表情を撮れます。

決定的瞬間をとらえるなら、モードダイヤルを「S:シャッター優先オート」にし、シャッタースピードを速く設定するとブレにくくなります。曇天など光量が足りない場合は、「ISO感度」の数値も上げておきましょう。