

[すべて](#) [コンテスト](#) [インタビュー](#) [東北支援](#) [写真講座](#) [ワークショップ](#)

# フォトエッセンス 入門・写真マスター講座 (3-3) ~マニュアル撮影と、露出計の見方

Posted by [Velvia](#)

2013年7月3日 公開

## マニュアル撮影モードを使いこなす

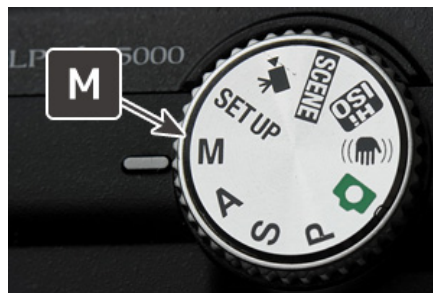
※撮影モードについては、「[撮影モードの鉄則](#)」を参照ください。

### 1. カメラの撮影モードを「マニュアル」に切り替えよう。

**M** カメラの 撮影モード（露出制御方式）を、マニュアル（M）に設定します。

右モードダイヤルがあるカメラなら、「M」の位置にダイヤルを合わせれば、マニュアル露出モードになります。

※モードダイヤルが無い場合は、使用しているカメラの説明書を読み、マニュアル露出モードに設定してください。



モードダイヤルを M の位置にする

※撮影モードの変更方法は、ご使用のカメラごとに異なります。ご使用のカメラの取扱説明書等をご覧ください。

### 2. 絞り値を変えてみる

マニュアル露出モードでは、絞り値を好みの値に変更できます。

絞り値を変更することで、写真の **ボケと被写界深度** を好みのものにすることができますが、まずは、絞り値は適当で良いので、絞り値を F 5.6 に変えてみましょう。



①のボタンを押しながら、②のダイヤルを回すと絞り値が変更できる。  
（Nikon製 D5000 の場合）

※絞り値の変更方法は、ご使用のカメラごとに異なります。ご使用のカメラの取扱説明書等をご覧ください。

crapaca Photo Essence  
フォト エッセンス

#### 入門・写真マスター講座編

##### はじめてのカメラ購入編

1. カメラの種類と特徴を知る
2. カメラ購入ガイド（コンデジ編）
3. カメラ購入ガイド（ミラーレス編）
4. カメラ購入ガイド（一眼レフ編）
5. 三脚を用意しよう

##### 入門・カメラの基礎知識

1. 露出（露光）を知る
2. 露出による違いと適正露出
3. 光量と ISO 感度
4. 写真がブレる理由
5. 絞りと露出の関係（レンズの F 値）
6. 露出の復習と自動露出（AE）

##### 入門・カメラの基本操作編

1. 撮影モードの鉄則
2. ISO 感度を固定する
3. マニュアル撮影と、露出計の見方
4. シャッター優先AEで、動体を撮る
5. 自動露出で、露出補正を使う

##### 入門・カメラを操る編

1. 焦点距離と、画角を知る
2. 使用するカメラで変わる、画角
3. ボケを操る（被写界深度）



絞り値は、①のように、「F に続く数字」で見ます。上の場合、絞り値は、F 4 となっています。



上の場合、絞り値は F 5.6 となっています。

### 3. シャッター速度を変えて、露出を合わせる



まず、被写体にピントを合わせましょう。

絞り値に続いて、シャッター速度を変更してみましょう。あわせて、**露出計（露出メーター）** を見つ、**シャッター速度を適正な露出に合うように変更** してみましょう。

露出計の見方と、合わせ方については、下をご覧ください。



①のダイヤルを回すとシャッター速度が変更できる。（Nikon製 D5000 の場合）

※シャッター速度の変更方法は、ご使用のカメラごとに異なります。ご使用のカメラの取扱説明書等をご覧ください。



①は設定されているシャッター速度です。シャッター速度は、1秒より高速な場合、1/1000 といった分数表示になっています。

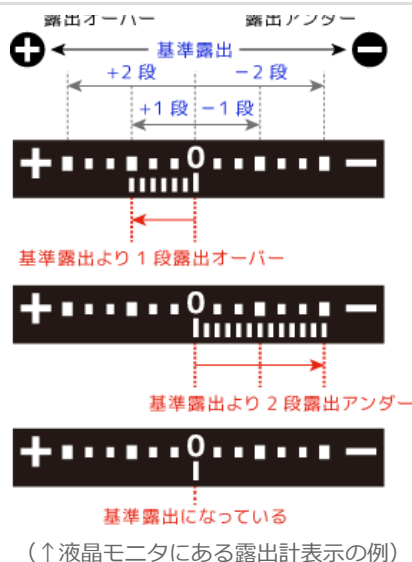
②は露出計（露出メーター）です。

## 露出計の見方と、合わせ方

露出について詳しくは、「[露出の復習と自動露出（AE）](#)」をご覧ください。

露出計は、次のようにカメラに表示されています。





通常カメラに付いている露出計は、被写体に反射した光の強さ（輝度）を見やすくしたものです。液晶モニタや、光学ファインダーを覗くと、左図のように表示されています。（通常のカメラでは、左図のようにマイナスとプラスの記号のあるゲージになっています）

※左図の露出計図では、左側がプラス（露出オーバー側）になっていますが、左右逆になっている場合もあります。

被写体にカメラを合わせている状態で、絞り値やシャッター速度を変更すると、露出計のバーが左右に振れます。

被写体に反射した光の量を計測して、今設定している「絞り値」と「シャッター速度」の組み合わせが、基準となる適正露出と、どの程度一致しているかを表しています。

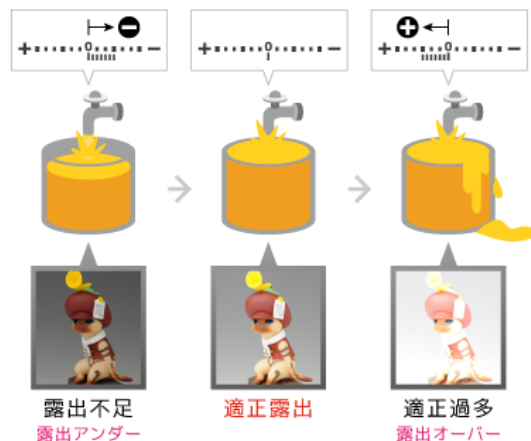
左右に振れるバーが、**中央の位置になるように**、シャッター速度を速くしたり、遅くしたりして調整しましょう。

#### ・ マイナス側に振れる

現在の絞り値とシャッター速度の組み合わせでは、露光不足となって、写真が暗くなり過ぎることを意味しています。

#### ・ プラス側に振れる

現在の絞り値とシャッター速度の組み合わせでは、露光過多となって、写真が明るくなり過ぎることを意味しています。



## さらに、露出計を合わせる練習をしましょう

上の手順では、最初に特定の絞り値にしたあと、シャッター速度を変える順番で、露出を合わせてみました。

逆に、最初にシャッター速度を変えたあとで、絞り値を変える順番で、露出を合わせたり、色々な露出値やシャッター速度で露出を合わせてみましょう。



はじめに絞り値 F 2.8 にして、シャッター速度を 1/100 秒に調整して露出を合わせた。



はじめにシャッター速度 1/3 秒にして、絞り値を F 16 に調整して露出を合わせた。

マニュアル露出モードでは、絞り値と、シャッター速度を個別に調整することで、露出を自由に合わせることが理解できれば、マニュアル露出の操作について習得できたと言えます。

[目次へ](#)[前の記事へ](#)[「シャッター優先AEで、動体を撮る」へ続く](#)[お知らせ](#) [ヘルプ](#) [お問い合わせ](#) [ご利用環境](#) [プライバシーポリシー](#) [ご使用条件](#) [Twitter®](#)

©2011-2014 Crapaca by DESIFIX PRODUCTION., All Rights Reserved.