

Nikon Z fcの魅力



カメラ設定

撮影モード 絞り優先オート
絞り f6.3
シャッタースピード 1/160秒
露出補正 +1.3 ISO感度 200
WB オート
使用レンズ NIKKOR Z DX
16-50mm f/3.5-6.3 VR
焦点距離 50mm
(35mm判換算：75mm)

人物、犬、猫の瞳や顔を検出する瞳AF/顔検出AFを搭載。静止画だけでなく、動画でも検出可能で、動いても瞳や顔にピントを合わせ続けてくれる。複数の瞳や顔を検出すると、どこにピントを合わせるか指定することも可能だ。

POINT 1 人物にも動物にも対応する瞳AF/動物AF

カメラ設定

撮影モード 絞り優先オート 絞り f2.8 シャッタースピード 1/50秒 露出補正 +2.0
ISO感度 1600 WB オート 使用レンズ NIKKOR Z 28mm f/2.8 (Special Edition)
焦点距離 28mm (35mm判換算：42mm)



カメラ設定

撮影モード 絞り優先オート 絞り f4 シャッタースピード 1/100秒 露出補正 +1.7
ISO感度 800 WB オート 使用レンズ AF-S NIKKOR 70-200mm f/2.8E FL ED VR
焦点距離 200mm (35mm判換算：300mm)

POINT 2 Zマウントシステムならではの高画質

大口径、ショートフランジバックのZマウントを採用。明るさ、解像度、ボケの美しさを誇る NIKKOR Z レンズで高画質な写真を撮影できる。また、高感度性能に優れており、細部や質感も鮮明に描写できる。

カメラ設定

撮影モード
絞り優先オート
絞り f5.6
シャッタースピード
1/100秒
露出補正 0
ISO感度 3200
WB オート
使用レンズ NIKKOR Z DX
16-50mm f/3.5-6.3 VR
焦点距離 45mm
(35mm判換算：67.5mm)





POINT 3

Zシリーズで初めて バリアングル式 画像モニターを 搭載

今までにあったチルト式とは異なり、横方向にも開くことができ、ローアングル撮影や、ハイアングルも格段に撮りやすくなった。モニターを正面に向ければ自動で自分撮りモードに切り換わる。

カメラ設定

撮影モード 絞り優先オート
絞り f8
シャッタースピード 1/30秒
露出補正 +1.0
ISO感度 100 **WB** 自然光オート
使用レンズ NIKKOR Z DX 16-50mm
f/3.5-6.3 VR
焦点距離 18mm
(35mm判換算：27mm)

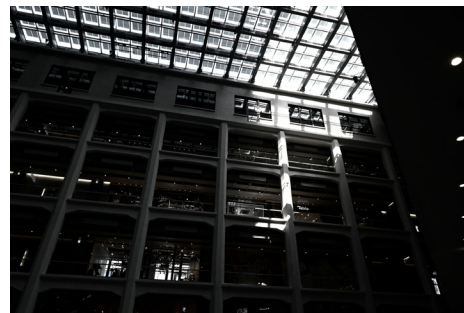


カメラ設定

撮影モード 絞り優先オート **絞り** f2.8
シャッタースピード 1/160秒 **露出補正** +2.0
ISO感度 1600 **WB** オート
使用レンズ NIKKOR Z 28mm f/2.8
(Special Edition)
焦点距離 28mm (35mm判換算：42mm)

カメラ設定

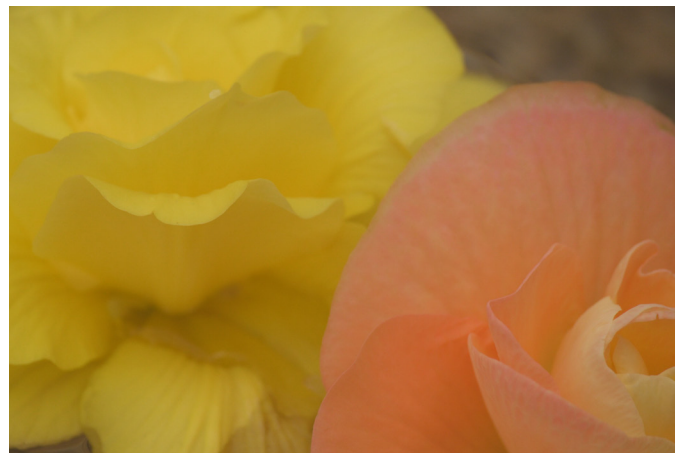
撮影モード
絞り優先オート
絞り f8
シャッタースピード
1/100秒
露出補正 0
ISO感度 400
WB オート
使用レンズ NIKKOR Z DX
16-50mm f/3.5-6.3 VR
焦点距離 16mm
(35mm判換算：24mm)



POINT 4

さらに表現を広げる クリエイティブピクチャーコントロール

Z fcには20種類のクリエイティブピクチャーコントロールを搭載しており、設定するだけでアーティストックで印象深い写真に仕上げるができる。色合いや階調、彩度などが細かく作り込まれ、写真表現を広げてくれる。



カメラ設定

撮影モード 絞り優先オート **絞り** f6.3 **シャッタースピード** 1/400秒 **露出補正** 0
ISO感度 800 **WB** 晴天 **使用レンズ** NIKKOR Z DX 50-250mm f/4.5-6.3 VR
焦点距離 250mm (35mm判換算：375mm)

Z fcの基本操作をマスターしよう

- Section 01 ボディの各部名称を知ろう** 14
前面・側面の名称／上部と背面の名称
- Section 02 撮影前の準備をしよう** 16
ストラップを取り付ける／バッテリーを充電してセットする／
レンズの取り付け/取り外しをする／モニターを開く／
視度調節をする／日付と時刻を設定する／
メモリーカードをセットして初期化する
- Section 03 基本の操作を覚えよう** 20
電源を入れる／マルチセクターの操作を覚える／
ダイヤルの操作を覚える／
メニュー画面とは／**i**メニューで設定を変更する
- Section 04 オートで撮影してみよう** 24
静止画モードに設定する／オートに設定する／
オートで撮影する
- Section 05 ファインダーをのぞいてみよう** 26
ファインダーの表示を覚える／
ファインダーの表示内容を切り換える／
ファインダーの明るさと色味を変更する／
撮影設定の反映を切り換える／モニターモードを切り換える
- Section 06 画像モニターを確認してみよう** 30
画像モニターの表示を覚える／
画像モニターの表示内容を切り換える／
インフォ画面の表示を知る
- Section 07 タッチパネルの操作を覚えよう** 32
タッチシャッターで撮影する／自分撮りモードで撮影する
- Section 08 画像を再生・削除しよう** 34
画像を1枚ずつ再生する／画像を拡大する／
画像を一覧で表示する／撮影した日付ごとに表示する／
画像を1枚ずつ削除する／複数の画像を削除する
- Section 09 画質モードと画像サイズを選択しよう** 38
画質モードを設定する／画像サイズを設定する／
撮像範囲を設定する
- Section 10 レリーズモードを変更しよう** 40
レリーズモードを設定する

Section 01	ピントを理解しよう	42
	ピント位置で主役が決まる／被写界深度とは	
Section 02	フォーカスモードを知ろう	44
	AFとMF／フォーカスモードを変更する	
Section 03	AFの種類を覚えよう	46
	AFの種類を知る／静止画撮影で使う3つのAF	
Section 04	AFエリアモードを選ぼう	48
	AFエリアモードを設定する／AFエリアモードの種類を知る	
Section 05	AFとAFエリアモードを組み合わせよう	50
	AF-SとシングルポイントAF／AF-CとワイドエリアAF／AF-CとオートエリアAF	
Section 06	フォーカスロックの使い方を知ろう	52
	フォーカスロックとは／フォーカスロックで撮影する	
Section 07	瞳AF/顔検出AFを活用しよう	54
	瞳AF/顔検出AFとは／瞳AF/顔検出AFを設定する	
Section 08	親指AFを使ってみよう	56
	親指AFを使うシーン／親指AFを設定する	
Section 09	MFで撮影しよう	58
	MFが活躍する場面／MFでピントを合わせる／フォーカスピーキングでピント合わせを補助する	

Section 01	露出について理解しよう	62
	露出とは／絞りと露出の関係／シャッタースピードと露出の関係／絞りとシャッタースピードの関係／標準露出とは	

Section 02	プログラムオートで撮影しよう	66
	オートモードとの違い／プログラムオートで撮影する／ プログラムシフトで撮影する	
Section 03	シャッター優先オートで撮影しよう	68
	被写体の動きを表現する／高速シャッターで動きを止める／ 低速シャッターでブラして写す	
Section 04	絞り優先オートで撮影しよう	70
	絞りとボケの関係／絞りを開けてボケを作る／ 全体をシャープに写す	
Section 05	マニュアル／バルブで撮影しよう	72
	マニュアルで撮影する／ 明るさを自由に決めることができる／バルブで撮影する	
Section 06	露出補正で明るさを調整しよう	74
	露出補正を使うシーン／ハイキーで優しい印象に／ ローキーで重厚感を出す	
Section 07	測光モードを使い分けよう	76
	測光モードを知る／測光モードを設定する／ 測光モードの種類を知る	
Section 08	ISO感度を使いこなそう	78
	ISO感度の用途／ISO感度をオートにする／ 制御上限感度を設定する	
	【コラム】多重露出を知ろう	80

Chapter 4

交換レンズを使いこなそう

Section 01	交換レンズの基本を知ろう	82
	レンズの構成を知る／レンズの読み方を知る／ 焦点距離によるレンズの種類を知る／レンズの種類を知る	
Section 02	焦点距離と画角の関係を理解しよう	86
	焦点距離と画角の関係／35mm判換算を理解する／ 焦点距離による画角の違い／焦点距離による遠近感の違い	
Section 03	標準ズームレンズを使おう	90
	NIKKOR Z DX 16-50mm f/3.5-6.3 VR／ 広角側でダイナミックに表現する／望遠側で印象的な部分に寄る	

Section 04	単焦点レンズを使おう	92
	NIKKOR Z 28mm f/2.8 (Special Edition) / ボケを生かす／NIKKOR Z 40mm f/2	
Section 05	望遠ズームレンズを使おう	94
	NIKKOR Z DX 50-250mm f/4.5-6.3 VR / 被写体を大きく写す／圧縮効果を狙う	
Section 06	Fマウントレンズを使おう	96
	マウントアダプター FTZ を使う / AF-S DX Micro NIKKOR 40mm f/2.8G / AF-P DX NIKKOR 10-20mm f4.5/5.6G VR	

Chapter 5

撮影を楽しむための機能と アクセサリ

Section 01	ピクチャーコントロールで 写真を楽しもう	100
	ピクチャーコントロールとは / ピクチャーコントロールを設定する / 人工物を「モノクローム」で撮る / 人物で「ポートレート」を使う / ピクチャーコントロールの詳細設定	
Section 02	クリエイティブピクチャー コントロールを知ろう	104
	クリエイティブピクチャーコントロールを知る / クリエイティブピクチャーコントロールを設定する / クリエイティブピクチャーコントロールを使った作例 / クリエイティブピクチャーコントロールの色で遊ぶ / クリエイティブピクチャーコントロールの詳細設定	
Section 03	ホワイトバランスで色を演出しよう	112
	ホワイトバランスを使うシーン / ホワイトバランスを設定する / ホワイトバランスを微調整する	
Section 04	水準器や格子線を活用しよう	114
	水準器を使う / 格子線を表示する / フレーミングを調整する	
Section 05	タイムラプス撮影をしてみよう	116
	タイムラプス動画を知る / タイムラプスの設定方法	

Section 06	動画撮影を楽しもう	118
	動画をオートモードで撮影する／ 記録画質を設定する／動画を再生する	
Section 07	三脚を使ってみよう	120
	三脚を使うシーン／三脚の選び方／三脚の使い方	
Section 08	スピードライトを使いこなそう	122
	スピードライトを使った撮影／ Z fcに おすすめのスピードライト／ スピードライトの使い方／TTL発光とは／マニュアル発光とは	
Section 09	ボディを使いやすくする 付属品を知ろう	126
	アクセサリでより快適に撮影する	

Chapter 6

被写体&シーン別撮影テクニック

Section 01	構図のパターンを利用して撮影しよう	128
	主役の引き立て方／代表的な構図パターン	
Section 02	料理を美味しくように撮影しよう	130
	クローズアップで一番見せたい部分を強調する／ 自然光が入る窓際の撮影は光を補って明るく撮る	
Section 03	かわいく小物を撮影しよう	132
	便利なアイテムを使ってふんわりしたイメージに／ レフ板で光を補う	
Section 04	主役を生かして花をふんわり撮影しよう ...	134
	前ボケを生かしてふんわり／光を利用してふんわり	
Section 05	自然の中から主役を見つけて撮影しよう ...	136
	透過光で撮影する／多重露出で撮影する	
Section 06	かっこいい街スナップを撮影しよう	138
	映り込みを狙う／色や仕上がりに変化を付ける／ モノクロームで撮る／フォトジェニックな被写体を探す／ シルエットで「アクティブD-ライティング」を使う	

Section 07	優しい雰囲気 ポートレートを撮影しよう	142
	レフ板で自然の光を追加して優しい雰囲気に／ 逆光と順光で異なる写り方	
Section 08	動きの多い子供の表情を引き出そう	144
	動きの多い子供撮影には瞳AFを活用する／ バリエーション画像モニターで低位置をおさえる	
Section 09	ペットのかわいい姿を撮影しよう	146
	かわいいパーツを撮る／自然な様子を狙う	
Section 10	乗り物をカッコよく撮影しよう	148
	部分的に狙って印象的な写真に／ パッチワークのように乗り物を配置	
Section 11	水族館で不思議な空間を撮影しよう	150
	事前にヒントを合わせて撮影する／ WBを変えて不思議空間を演出する	
Section 12	夜景の輝きをドラマチックに 撮影しよう	152
	望遠で切り取って光の美しさを強調／ イルミネーションの玉ボケを作る／ 露光時間を長くして光の軌跡を写す／三脚を使ってブレを防ぐ／ 露光間ズームで撮影する	
Section 13	シネマチックな動画を撮影しよう	156
	ふわっと柔らかい雰囲気になる「ドリーム」／ 色を強調して明るめに表現できる「ポップ」／ スローモーション動画を効果的に使う	

Chapter 7

スマホやパソコンと連携しよう

Section 01	スマホに写真を転送しよう	160
	カメラとスマホをペアリングする／スマホへ写真を転送する／ 撮影した写真を自動で転送する	
Section 02	スマホをリモコンとして使おう	164
	リモート撮影をする／撮影設定を変更する／ カメラ設定を変更する	

Section 03	カメラとスマホの情報を同期しよう	166
	時刻情報を同期する／位置情報を同期する	
Section 04	パソコンに画像を転送しよう	168
	ソフトをダウンロードする／画像をパソコンに転送する	
Section 05	動画を編集しよう	170
	NX Studioで動画を再生する／ 動画の必要な部分だけを切り取る／複数の動画を連結する／ 動画を編集する	
全メニュー画面一覧		174
索引		190

ご注意 ※ご購入・ご利用の前に必ずお読み下さい

本書は Nikon Z fc の操作方法を解説したものです。掲載している画面などは初期状態のもので

情報は 2021 年 11 月現在のもので、一部の記載表示額や情報は変わっている場合があります。あらかじめご了承ください。

本書に記載された内容は、情報の提供のみを目的としています。したがって、本書を用いた運用は、必ずお客様自身の責任と判断によって行ってください。これらの情報の運用について、技術評論社および筆者はいかなる責任も負いません。

以上の注意点をご承諾いただいた上で、本書をご利用願います。これらの注意事項をお読みいただかずにお問い合わせいただいても、技術評論社および筆者は対処しかねます。あらかじめ、ご承知おきください。

- Nikon Z fc、その他、ニコン製品の名称、サービス名称等は、商標または登録商標です。その他の製品等の名称は、一般に各社の商標または登録商標です。

Section
03かわいく小物を
撮影しよう

KEYWORD ◆ レフ板

テーブルフォトのような撮影であれば、メインの小物とその周囲の雰囲気作りも大切。そして光を上手に使うこともかわいく写すためのポイントだ。レフ板（光を反射させる板）を使い、小物が輝いて見える位置を探りながら撮影してみよう。ただし、室内は思った以上に暗くシャッタースピードがとても遅くなり、手持ち撮影だと手ブレする可能性もあるので三脚を使うとよい。

レフ板を使って明るいイメージで撮る

作例はレフ板の有無を示したもので、逆光で小物を配置して撮影している。露出補正はプラスに設定することで、背景を白く飛ばして柔らかな雰囲気仕上げているが、それだけでは、手前のクロスの部分が暗くなるので、レフ板を使って、全体的に明るい印象で撮影できた。

レフ板あり



レフ板なし



カメラ設定
撮影モード 絞り優先オート 絞り値 f5.6 シャッタースピード 1/500秒
露出補正 +2.0 ISO感度 400 WB オート 使用レンズ NIKKOR Z DX 16-50mm
f/3.5-6.3 VR 焦点距離 40mm (35mm判換算：60mm)

1 便利なアイテムを使ってふんわりしたイメージに

小物撮影では、光をコントロールするための道具があると一層撮影の幅が広がる。専用の道具でなくても、発泡ボード、アルミホイルなどを活用することでレフ板になり、トレーシングペーパーで光を柔らかくしたりできる。作例ではレフ板の変わりにトレーシングペーパーを使って、ふんわりした印象のアクセリー写真に仕上げた。



カメラ設定

撮影モード 絞り優先オート
絞り f16
シャッタースピード 1/1.3秒
露出補正 +1.3
ISO感度 400
WB オート
使用レンズ
NIKKOR Z DX 16-50mm
f/3.5-6.3 VR
焦点距離 43mm
(35mm判換算：64.5mm)

2 レフ板で光を補う

レフ板を使えば、逆光撮影で暗くなった被写体手前側の明るさを補ったり、アクセントとなる光をあてることもできる。光の状況によって、被写体に対するレフ板を置く位置、距離、角度を撮影ごとに変えなければいけないので、最初は難しいが、まずは白や銀などのレフ板を光源に対面して置き、被写体の影になっている部分へ光を反射させてみよう。被写体への光の当たり方（強さや面積）を確認し、適切な位置を探りながら撮影を行おう。



安定した構図や絞り込みでの撮影、ブレを避けるためにも三脚があると便利だ。またセルフタイマーやリモートコントローラーを使うことでカメラブレを抑えた撮影が心がけよう。

Section
06かっこいい街スナップを
撮影しよう

KEYWORD ◆ 対角線構図、映り込み、アクティブ D-ライティング

まずは何を一番見せたいか「主題」を明確にしよう。また人物や動物を入れる場合はそのサイズ感などを考えアクセントとなりうる大きさや位置を選ばるとよい。ズーミングによる画角の変化で終わらず、自分が意識的に動くことによって画面を変化させていくことがスナップ撮影で最も大切な要素だ。

6

陰影と対角線構図で奥行きのある写真に



人物を点景に建物を広く見せている。通りに対して斜めの位置からフレーミングすることで画面に遠近感が生まれて奥が収束するような構図になった。レンズワークとフレーミングを意識した画面構成で主題を明確に見せよう。

カメラ設定

撮影モード 絞り優先オート
絞り f8
シャッタースピード 1/100秒
露出補正 +1.0
ISO感度 400
WB オート
使用レンズ NIKKOR Z DX
16-50mm f/3.5-6.3 VR
焦点距離 16mm
(35mm判換算：24mm)

1 映り込みを狙う

街スナップでよく撮影される被写体のひとつに、ショーウィンドウに映り込んだ景色を狙ったものがある。ガラスに正対した自分を映り込ませたり、街を歩く人の姿や建物を写したりと、自分がガラスに対していろいろ動くことで映り込みが変化していく様子を捉えてみよう。



カメラ設定

撮影モード
絞り優先モード
絞り f2.8
シャッタースピード
1/800秒
露出補正 -1.0
ISO感度 800
WB 自然光オート
使用レンズ NIKKOR Z
28mm f/2.8
(Special Edition)
焦点距離 28mm
(35mm判換算：42mm)

2 色や仕上がりに変化を付ける



色のある被写体は主題が明確に伝わりやすく、また見た目の印象も華やかになり、明るい雰囲気をもたらしてくれる。WB やピクチャーコントロールなどで色や仕上がりに変化を付けて撮影してもおもしろいだろう。

カメラ設定

撮影モード 絞り優先オート
絞り値 f8
シャッタースピード :1/80秒
露出補正 +0.7 ISO感度 400
WB オート
使用レンズ
NIKKOR Z DX16-50mm f/3.5-6.3 VR
焦点距離 42mm
(35mm判換算：63mm)

6

Section

12

夜景の輝きを
ドラマチックに撮影しよう

KEYWORD ◆ 長時間露光、望遠レンズ、玉ボケ、露光間ズーム

ISO感度を高感度に設定すれば、手持ちでの夜景撮影も楽しめるが、長時間露光での夜景撮影には三脚は必須だ。露出はカメラ任せの設定でも問題なく撮影できるが、ややオーバー気味に明るく写るように設定すればきれいな夜景写真になってくれる。都市の夜景、高速道路のジャンクション、光跡、工場夜景そして星空の撮影も夜間に行うことができる撮影だ。

6

被写体&シーン別撮影テクニック

長時間露光とオーバー気味の露光で夜景の輝きを演出

25秒の長時間露光のため、三脚を使った。そしてややオーバー気味の露光で撮影することで、明るくきれいな夜景の輝きが演出できた。

カメラ
設定

撮影モード 絞り優先オート 絞り f8 シャッタースピード 25秒 露出補正 +0.3
ISO感度 200 WB オート 使用レンズ NIKKOR Z DX 16-50mm f/3.5-6.3 VR
焦点距離 18.5mm (35mm判換算：27.75mm)

1 望遠で切り取って光の美しさを強調

広角レンズで広く写しとった夜景写真を見ていると、部分的に切り取ってもおもしろい情景が見えてくることがある。特徴的な電飾、街灯、映り込みなどを望遠レンズでクローズアップして撮影してもおもしろいだろう。写真は川面に映り込んだマンションの部屋の明かりが波に揺らめいている様子をアップしたもの。



カメラ設定

撮影モード マニュアル
絞り f11
シャッタースピード 25秒
露出補正 0
ISO感度 200
WB オート
使用レンズ
NIKKOR Z DX 16-50mm
f/3.5-6.3 VR
焦点距離 50mm
(35mm判換算：75mm)

2 イルミネーションの玉ボケを作る

望遠レンズを使うと大きなボケを得ることができる。望遠側最大の焦点距離にし、イルミネーションの光源へ最短撮影距離でピントを合わせること、ピントを合わせた光源以外の背景、手前に写る小さな点光源が大きな丸いボケとして現れてくる。なお、ピントはAFだけでなくMFに切り換えて、フォーカスリングを回しながらボケの大きさを調節して撮影してみてもよいだろう。



カメラ設定

撮影モード 絞り優先オート
絞り f4
シャッタースピード 1/100秒
露出補正 +1.7
ISO感度 800
WB オート
使用レンズ
AF-S NIKKOR 70-200mm
f/2.8E FL ED VR
焦点距離 200mm
(35mm判換算：300mm)

6

被写体&シーン別撮影テクニック