

Z 8の魅力

POINT 1 高いオートフォーカス性能と被写体検出性能

どんなシーンでもピントを合わせてくれる被写体検出性能。人物、動物（犬、猫、鳥）、乗り物（車、バイク、自転車、列車、飛行機）の9種類の被写体を自動で検出し追尾してくれる。さらに飛行機の検出に優れた飛行機モードと鳥の検出に優れた鳥モードも利用できる。



カメラ設定

撮影モード
シャッター優先オート
絞り値 f5.6
シャッタースピード 1/1000秒
露出補正 -0.7
ISO感度 140 (ISO AUTO)
WB 自然光オート/晴天
使用レンズ NIKKOR Z
100-400mm f/4.5-5.6 VR S
焦点距離 400mm



カメラ設定

撮影モード シャッター優先オート **絞り値** f5.6 **シャッタースピード** 1/1000秒
露出補正 +0.3 **ISO感度** 200 (ISO AUTO) **WB** 自然光オート/晴天
使用レンズ NIKKOR Z 100-400mm f/4.5-5.6 VR S **焦点距離** 400mm

POINT 2 一瞬を逃さない！ 高速連写とハイスピードフレームキャプチャー+

スポーツやダンスなどの一瞬の動きを逃したくないシーンで活躍するのが、高速連続撮影やハイスピードフレームキャプチャー+。さらにプリキャプチャーと合わせて設定することで、瞬間の前後も記録される。

カメラ設定

撮影モード 絞り優先オート **絞り値** f1.4
シャッタースピード 1/2000秒 **露出補正** +0.3
ISO感度 100 (ISO AUTO) **WB** 自然光オート
使用レンズ NIKKOR Z 85mm f/1.2 S
焦点距離 85mm



カメラ設定

撮影モード シャッター優先オート **絞り値** f5.3
シャッタースピード 1/1000秒 **露出補正** -0.3
ISO感度 1100 (ISO AUTO)
WB 自然光オート **使用レンズ** NIKKOR Z
100-400mm f/4.5-5.6 VR S
焦点距離 300mm



POINT
3

高感度性能 (ISO) と 6段分のVR性能で手持ち夜景!



5軸補正のボディ内センサーシフト方式VRを搭載。最大6段分の手ブレ補正効果を発揮することで、高感度性能 (ISO) と組み合わせて手持ち夜景や夕景が可能。

カメラ設定

撮影モード シャッター優先オート
絞り値 f4.0
シャッタースピード 1/4秒
露出補正 -1
ISO感度 3200 (ISO AUTO)
WB 自然光オート
使用レンズ
NIKKOR Z 24-120mm f/4 S
焦点距離 24mm



POINT
5

人物の肌色を好みの イメージに仕上げられる! 人物印象調整

明るさと肌色の色相が調整できる人物印象調整。直感的に微調整してイメージ通りに仕上げられる。

カメラ設定

撮影モード 絞り優先オート 絞り値 f4.0
シャッタースピード 1/25秒 露出補正 +0.7
ISO感度 1600 (ISO AUTO) WB 自然光オート
使用レンズ NIKKOR Z 24-120mm f/4 S
焦点距離 44mm

POINT
6

Zマウントならではの 高画質レンズ

ニコン Zマウントを採用したフルサイズ/FXフォーマットを使用。高画質な画像が描写可能だ。



カメラ設定

撮影モード シャッター優先オート 絞り値 f5.3 シャッタースピード 1/8秒 露出補正 0
ISO感度 125 (ISO AUTO) WB 晴天 使用レンズ NIKKOR Z 100-400mm f/4.5-5.6 VR S
焦点距離 300mm ※ND16フィルター使用

POINT
4

高精細な画像を得られる ピクセルシフト

石畳や建築物の装飾、円形の街風景などの細かな被写体を高精細に撮影できる。

カメラ設定

撮影モード
絞り優先オート
絞り値 f8.0
シャッタースピード
1/30秒
露出補正 0
ISO感度 100
(ISO AUTO)
WB 晴天
使用レンズ NIKKOR Z
14-24mm f/2.8 S
焦点距離 24mm



CONTENTS

CHAPTER

1

Nikon Z 8の操作方法

Section 01	各部名称を確認しよう	14
Section 02	メニュー画面で設定しよう	16
Section 03	iメニューで設定しよう	18
Section 04	ファインダー内の表示を覚えよう	20
Section 05	画像モニター確認しよう	26
Section 06	画像を再生／削除しよう	28
Section 07	メモリーカードを挿入して 画質モードと画像サイズを設定しよう	34

CHAPTER

2

絶対にマスターしたい基本機能

Section 01	AFの種類を理解しよう	38
Section 02	フォーカスモードを変更しよう	40
Section 03	AFエリアモードを選択しよう	42
Section 04	フフォーカスモードとAFエリアモードを 組み合わせよう	46
Section 05	被写体検出設定を使おう	48

Section 06	マニュアルフォーカスを使おう	50
Section 07	露出の基本と調整方法を知ろう	52
Section 08	露出補正で写真の明るさを調整しよう	56
Section 09	シャッター優先でオートで撮影しよう	58
Section 10	絞り優先オートで撮影しよう	60
Section 11	マニュアル露出で撮影しよう	62
Section 12	測光モードを使い分けよう	64
Section 13	ISO感度を使おう	66
[コラム]	ISO感度を積極的に使って手持ち撮影しよう	68

CHAPTER

3

高度な必須設定

Section 01	アクティブD-ライティングを使おう	70
Section 02	ホワイトバランスで色味を調整しよう	72
Section 03	ピクチャーコントロールで写真を楽しもう	74
Section 04	Creative Picture Controlを使おう	78

Section 01	Zマウントレンズを知ろう	84
Section 02	NIKKOR Z 24-120mm f/4 S	86
Section 03	IKKOR Z 14-24mm f/2.8 S	88
Section 04	NIKKOR Z 100-400mm f/4.5-5.6 VR S	90
Section 05	NIKKOR Z MC 105mm f/2.8 VR S NIKKOR Z 85mm f/1.2 S	92
Section 06	Z TELECONVERTER TC-1.4x/TC-2.0x	94
Section 07	マウントアダプター FTZII	96

Section 01	フォーカスロックやガイドラインで 構図を変更しよう	100
Section 02	被写体検出設定で人物の瞳を確実に捉えよう	102
Section 03	ピクセルシフトで細かい装飾がある建築物や 細密な風景を撮影しよう	104
Section 04	マニュアルフォーカス&フォーカスピーキングで 花を美しく撮影しよう	106
Section 05	被写体検出設定を使って 飛行機や鳥、電車を撮影しよう	108

Section 06	高感度&VRを使って手持ちで暗所撮影しよう	110
Section 07	リッチトーンポートレートや美肌効果、 人物印象調整で人物を美しく撮影しよう	112
Section 08	高速連写とハイスピードフレームキャプチャー+で スポーツを撮影しよう	114
Section 09	縦横4軸チルト式画像モニターを使って ペットを撮影しよう	118
Section 10	HEIF形式で滑らかなグラデーションを再現しよう	120
Section 11	タイムラプスで星空を撮影しよう	122
Section 12	動画撮影を楽しもう	124

Section 01	スマホとタブレットに写真を転送しよう	128
Section 02	スマホをリモコンとして使おう	132
Section 03	カメラとスマホの情報を同期しよう	134
Section 04	カメラとタブレットを同期して 撮影した写真をチェックしよう	138
Section 05	パソコンに画像を転送しよう	140
Section 06	パソコンでRAW現像しよう	142

Section 01	親指AFを使おう	146
Section 02	音声メモを使おう	147
Section 03	ファインダーをカスタマイズしよう	148
Section 04	画像モニターをカスタマイズしよう	149
Section 05	ビューモード設定を変更しよう	150
Section 06	マイメニューを利用しよう	152
Section 07	ボタンをカスタマイズしよう	154
Section 08	マイメニューをFnボタンに割り当てよう	156
Section 09	機能撮影の呼び出し（ホールド）を割り当てよう	157
Section 10	スターライトビューを設定しよう	158
Section 11	赤色画面表示を設定しよう	159
Section 12	サイレントモードを設定しよう	160
Section 13	電子音を設定しよう	161
Section 14	高速連続撮影／低速連続撮影を設定しよう	162
Section 15	ピクセルシフトを設定しよう	163
Section 16	露出ディレーモードを設定しよう	164
Section 17	撮影シーン別にiメニューをカスタマイズしよう	165

Section 18	撮影直後の画像表示を設定しよう	168
------------	-----------------	-----

Section 19	パワーオフの時間を設定しよう	169
------------	----------------	-----

全メニュー画面一覧	170
-----------	-----

索引	190
----	-----

撮影写真に掲載している QR コード

この本では QR コードを掲載しているページがあります。スマートフォンなどで読み込めば、監修者である清水徹氏の動画を見ることができます。

ご注意 ※ご購入・ご利用の前に必ずお読み下さい

本書はニコン Z 8 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す。

情報は 2025 年 3 月現在のものです。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、ご承知おさください。

- ニコン Z 8、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。

各部名称を確認しよう

KEYWORD 各部名称

1

ニコン Z 8 の操作方法

優れた性能と機能がコンパクトなボディに収められたニコン Z 8。ホールド性の高いグリップは登山や長時間の野鳥撮影でも快適で、どこへでも気軽に持ち出して撮影することができる。性能を生かすためにも、ボタンの位置や名称を確認しておこう。

1 前面と側面の名称を覚える



1 サブコマンドダイヤル
2 AF 補助ランプ/赤目軽減ランプ/セルフタイマーランプ
3 レンズ着脱指標
4 10 ピンターミナルカバー
5 レンズ信号接点
6 レンズ取り外しボタン
7 レンズマウント
8 イメージセンサー (撮像素子)
9 Fn2 ボタン (Fn2)
10 Fn1 ボタン (Fn1)
11 モニターモード切り換えボタン
12 チャージ LED
13 外部マイク入力端子
14 HDMI 端子



15 ヘッドホン出力端子
16 USB 通信専用端子
17 USB 充電専用端子
18 HDMI/USB ケーブルクリップ用ネジ穴
19 フォーカスモードボタン

2 上面と背面の名称を覚える



1 BKT ボタン (BKT)
2 WB ボタン (WB)
3 マイク (ステレオ)
4 動画撮影ボタン
5 電源スイッチ
6 シャッターボタン
7 ISO 感度ボタン (ISO) / FORMAT ボタン (FORMAT)

8 露出補正ボタン (EV)
9 スピーカー
10 距離基準マーク (∞)
11 表示パネル
12 フラッシュ取り付け部 (アクセサリースュー)
13 MODE ボタン (MODE)
14 リリースモードボタン (MODE)



15 プロテクトボタン (ON / Fn3)
16 削除ボタン (DEL)
17 接眼目当て
18 アイセンサー
19 ファインダー
20 視度調節ノブ
21 DISP ボタン (DISP)
22 静止画 / 動画セレクター
23 AF-ON ボタン (AF-ON)
24 メインコマンドダイヤル
25 サブセレクター

26 i ボタン (i)
27 メモリーカードアクセラランプ
28 OK ボタン (OK)
29 マルチセレクター
30 MENU ボタン (MENU)
31 再生ボタン (RECALL)
32 縮小 / サムネイル表示ボタン (ZOOM) / ヘルプボタン (HELP)
33 拡大ボタン (ZOOM)
34 画像モニター

1

ニコン Z 8 の操作方法

マニュアル露出で撮影しよう

KEYWORD マニュアル、長時間露出

マニュアル (M) は、シャッタースピードと絞りの両方を撮影者が設定するモードだ。ほかのモードと違い、撮影者が好みの明るさになるよう露出を設定する。シャッタースピードを「Bulb」、「Time」にすれば長時間露出も可能だ。

1 マニュアル (M) を理解する

Z 8 のファインダーや画像モニター、表示パネルには露出インジケータが表示されているので、それを参考にしながら露出を設定する。また、ISO 感度は ISO100 や ISO400 など個別に設定することも、感度自動制御 (ISO-AUTO) での撮影も可能だ。



カメラ設定

撮影モード マニュアル
絞り値 f11
シャッタースピード 1/200秒
露出補正 0
ISO感度 100 (ISO AUTO)
WB 晴天
使用レンズ NIKKOR Z
14-24mm f/2.8 S
焦点距離 18mm

■ マニュアル (M) に設定する



MODEボタン①を押しながらメインコマンドダイヤル②を回し、撮影画面と表示パネルにMを表示させる③。メインコマンドダイヤルを回すとシャッタースピードを、サブコマンドダイヤル④を回すと絞り値を変更できる。

2 明るさを自由に決めることができる

絞り優先オートなど被写体の明るさを判断してカメラが露出を決定するモードでは、被写体によっては写真が暗すぎたり、明るすぎたりすることがある。しかしマニュアルモードでは、撮影者自身の好みの露出に設定して撮影できる。明暗差があるシーンでの露出決定にマニュアルモードが便利な場合も多い。

絞り優先オートで撮影



マニュアルで撮影



3 長時間露出で撮影する



シャッタースピードを、「Bulb」に設定するとバルブ撮影になり、シャッターボタンを押している間シャッターが開き続け、長時間露出で撮影できる。「Time」に設定するとタイム撮影になり、シャッターを押して撮影を開始し、もう一度シャッターを押すと撮影を終了する。

カメラ設定

撮影モード マニュアル 絞り値 f8
シャッタースピード 10秒
露出補正 0 ISO感度 400 WB 晴天
使用レンズ NIKKOR Z 24-120mm
f/4 S
焦点距離 50mm

Section
01アクティブD-ライティングを
使おう

KEYWORD アクティブD-ライティング

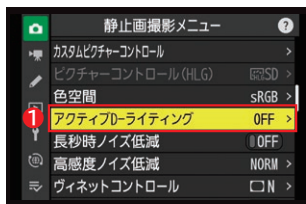
逆光や光と影など輝度差のある撮影シーンでも白とび、黒つぶれを軽減することができるのがアクティブD-ライティング。逆光などでメインの被写体が暗くなってしまう際や、画面全体の輝度差を抑えたい場合におすすめの機能だ。

1 アクティブD-ライティングを設定する

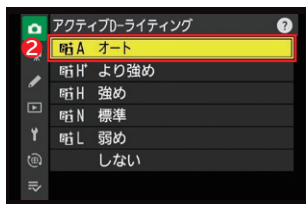
アクティブD-ライティングは直射日光や逆光など、輝度差が激しいシーンにおすすめの機能。画面全体の明るさを測定できるように、測光モードはマルチパターン測光に設定しておく必要がある。



作例のようなシーンでは、手前にある主役の器や菓子に暗くなる。だが、プラスの露出補正すると全体に明るくなってしまうイメージが変わってしまう。そこでシャドウ部を明るく、ハイライトを抑え気味に描写してくれるアクティブD-ライティングの「強め」を使用した。



MENUボタンを押し、静止画撮影メニューから「アクティブD-ライティング」を選択する①。



任意の強度を選択する②。強くするほど明暗差が抑えられてフラットな画像になる。

2 輝度差が高い場所で利用する



作例のように空と街並みの輝度差の激しい状況や逆光などで、アクティブD-ライティングを設定する。ここでは明暗差を抑えて街並みの色も、空の色味も表現するため「強め」を選んでいる。

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 1/200秒
露出補正 -0.7
ISO感度 100 (ISO AUTO)
WB 晴天
使用レンズ NIKKOR Z
24-120mm f/4 S
焦点距離 28mm

3 目的に合わせて選択する

強い逆光のシーンでは、オート以外に設定する。白とび、黒つぶれを抑えるだけでよいのであれば「弱め」か「標準」に、しっかりと明暗差を抑えたい場合は「強め」や「より強め」を設定するとよい。



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 100 (ISO AUTO)
WB 晴天
使用レンズ AF-S NIKKOR 28mm f/1.4E ED
焦点距離 28mm

NIKKOR Z 24-120mm f/4 S

KEYWORD 標準ズームレンズ

広角 24 mm から中望遠 120 mm までをカバーして、ズーム全域で開放絞り値 4.0 の標準ズームレンズ。開放絞りから高い解像力とゴーストやフレアを抑えたクリアな画像が得られる。またコントロールリングや L-Fn ボタンに機能を割り当てることで優れた操作系を実現している。幅広いズーム域と軽量ボディーでオールラウンドで活躍できるレンズだ。

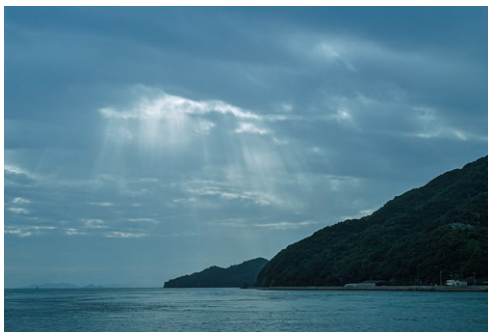
1 NIKKOR Z 24-120mm f/4 S

旅行先で移動中に雲の切れ間から現れた光芒が美しかったので、とっさに撮影した一枚。開放絞りから S-Line レンズならではのシャープで高い解像力を備え、5 倍のズーム倍率でありながら軽量のボディーは、持ち運びに便利で操作性もよく、素早く撮影ができる。



カメラ設定

撮影モード マニュアル
絞り値 f5.6
シャッタースピード
1/500秒
露出補正 -0.3
ISO感度
125 (ISO AUTO)
WB 晴天
使用レンズ NIKKOR Z
24-120mm f/4 S
焦点距離 57mm



2 最短撮影距離まで寄ってボケ味を生かす

最短撮影距離が 0.35m と短いので、席に着席しながら料理を撮影することができる。マルチフォーカス方式を採用した優れた光学系により、諸収差を効果的に補正した近距離性能と滑らかなボケ描写で、食材のシズル感や立体感が表現できた。



カメラ設定

撮影モード マニュアル
絞り値 f5.6
シャッタースピード
1/15秒
露出補正 +1
ISO感度
640 (ISO AUTO)
WB オート0
使用レンズ NIKKOR Z
24-120mm f/4 S
焦点距離 120mm

3 開放絞りで被写体を浮き立たせる



室内の廊下に掛けられた行燈を撮影。大口径レンズなみにボケるわけではないが、ちょうど廊下の様子がわかるボケ感で、雰囲気の良い写真が撮影できた。開放絞り値 4.0 でも、さらに望遠にすることでボケ効果のある写真を撮影することもできる。

カメラ設定

撮影モード 絞り優先オート
絞り値 f4.0
シャッタースピード 1/50秒
露出補正 +0.3
ISO感度 100 (ISO AUTO)
WB 晴天
使用レンズ NIKKOR Z 24-120mm f/4 S
焦点距離 39mm

フォーカスロックやガイドラインで構図を変更しよう

KEYWORD 構図、フォーカスロック、ガイドライン、水準器

構図を作る上で大切なのは、被写体をどこに配置して、画面をどう構成するかを考えること。写真を撮影する上で、構図は作品の見栄えや観る人の印象に大きく影響する大事な作業の1つになる。構図の決定は撮影者自身が決める作業だが、それをアシストしてくれる便利なのがフォーカスロックやガイドライン、水準器といった機能だ。撮影スタンスや目的に合わせて使い分けてみよう。

フォーカスロックで構図を作る



フォーカスロックとは、シャッターボタンを半押しした状態をキープしてピントを固定する機能。被写体にピントを合わせてから構図をずらしてシャッターを切れば、被写体にピントを合わせたまま構図を変えられる。ここでは、人通りがいなくなった瞬間を狙った。素早く撮影するとき便利な方法だ。

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 1/200秒
露出補正 +0.3
ISO感度 100 (ISO AUTO)
WB 自然光オート
使用レンズ NIKKOR Z 24-120mm f/4 S
焦点距離 120mm

ガイドラインを使って安定した構図を作る

ガイドラインの種類にある「3×3」「4×4」を使い、被写体を交点に配置して安定した構図作りがかんたんにできる。分割線に水平線や地平線を合わせたり、空間を作るときの目安にすると見栄えのよい写真が撮影できる。また、手持ち撮影時に、簡易的に水平垂直になっているかの目安にも使える。



カメラ設定

撮影モード
絞り優先オート
絞り値 f8.0
シャッタースピード
1/800秒
露出補正 -0.7
ISO感度
100 (ISO AUTO)
WB 晴天
使用レンズ NIKKOR Z
24-120mm f/4 S
焦点距離 24mm

水準器を表示して水平を取る

水平線や地平線が傾いていると違和感のある写真になる。とくに三脚を使った撮影の際、正確な水平確認に便利だ。カスタムメニューの【撮影画面カスタマイズ】で、画面モニターとファインダーそれぞれに「水準器」の有無を設定しておくとうい。必要ときに DISP ボタンで呼び出して使える。



カメラ設定

撮影モード マニュアル
絞り値 f4.0
シャッタースピード
1/500秒
露出補正 -0.3
ISO感度
64 (ISO AUTO)
WB 晴天
使用レンズ NIKKOR Z
24-120mm f/4 S
焦点距離 61mm

Section
01スマホとタブレットに
写真を転送しよう

KEYWORD SnapBridge、ペアリング

Z 8にはBluetoothとWi-Fiが内蔵されており、SnapBridgeというアプリを通じてスマホやタブレットと接続することができる。ここではSnapBridgeを使う準備の方法と、スマホへ写真を転送する方法を解説する。

1 カメラとスマホ／タブレットをペアリングする



最初にAndroidではGooglePlay、iOSではApp StoreからSnapBridgeのアプリをインストールしておこう。次にカメラとスマホをペアリングする。ここではiPhoneを使って解説する。端末によって多少表示が異なる場合があるが、操作はほぼ同じだ。

■ カメラ側の準備をする



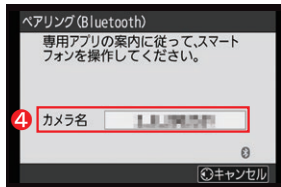
MENUボタンを押し、ネットワークメニューから「スマートフォンと接続」を選択する①。



「ペアリング (Bluetooth)」を選択する②。



「ペアリング開始」を選択する③。



カメラ名が表示されたら④、スマホの操作に移る。

■ スマホ側の準備をする



SnapBridgeアプリを起動し、「カメラと接続する」をタップする①。



Z 8が表示された項目をタップする②。



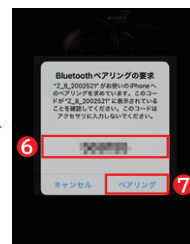
接続方法が表示されるので、「ペアリング (Bluetooth)」をタップする③。



カメラ名が表示されるので、Z 8をタップする④。



アクセサリが表示されるので、左ページ④のカメラ名をタップする⑤。



スマホにペアリングのコードが表示されたら「ペアリング」をタップして⑦、カメラの操作に戻る。

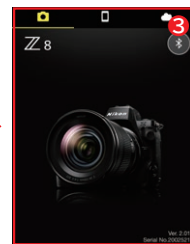
■ ペアリングを完了する



接続が正常であれば、スマホと同じコードがカメラに表示される①。同じであればカメラのOKボタンを押す。



スマホに「ペアリング完了」が表示されるので、OKをタップする②。



ペアリングが完了すると、スマホにSnapBridgeのTOP画面が表示される③。