



デジタル一眼で「すごい!」写真を撮れていますか?

～カメラをもっと楽しむためのいろいろなテクニック

念願のデジタル一眼カメラを買って、シャッターを押す。やっぱり、コンデジやスマートフォンとは違うな。きれいな写真が撮れるな。と感動したのもつかの間。とりえずそこそこきれいな写真も撮れたし、満足満足。と、すっかりデジタル一眼カメラのことを忘れていませんか? 最近の高性能なデジタル一眼は、初心者の方でもそこそこキレイな写真が撮れるようにできています。でも、それはあくまで「そこそこ」の話。そのレベルで満足してカメラに飽きてしまったり、そこにとどまってしまうりするのはいらないんです!!

デジタル一眼のポテンシャルは、完全オートで撮影して終わるものではありません。例えば「**絞り優先モード**」。絞り値を設定することで、カメラが自動でシャッター速度を調整してくれるモードです。絞り値を小さくすることで、「**ボケ**」がどんどん大きくなって見えます。絞り値を大きくすることで、「**ボケ**」はどんどん少なくなって見えます。花や趣味のオブジェなど、これを撮りたいんだ! と考える被写体にピントを合わせ、それ以外の部分を大きくぼかすことで、雰囲気のある、また見せたい部分に視線が集まる写真になります。このボケ具合を自在に調整できるようになることで、デジタル一眼ならではの「すごい!」写真が撮れるようになるんです。

それから、デジタル一眼でとても重要な部分があるか、皆さんご存知ですか? 撮像素子やボディの性能! と言いたくなるかもしれませんが、もちろんそれらも重要です。重要なんですが、実は、ここでお勧めしたいのが「**レンズ**」なんです。もしかすると、みなさんカメラのボディを買うときに一緒につけてきた、「**キットレンズ**」を使用しているかもしれません。もちろんキットレンズもよいのですが、世の中にはもっときれいに被写体を撮影できる高性能なレンズがたくさんあるんです。いくらデジタルになったとはいえ、カメラが光学機器であることには変わりません。レンズは、カメラに入ってくる光の

像が通過する、もっとも肝心な部分です。そして先のボケ具合も、レンズによってその大きさ、繊細さが変わってくるのです。カメラ屋さんへ行って、「ちょっといいレンズ」を探してみましょう。きっと、「すごい写真」が撮れるようになるはずですよ。

最後に、撮影した後のことにも触れておきましょう。カメラで撮影した写真は、通常、「**jpeg**」という形式で保存されます。実はこのjpeg、単に形式だけの話ではなく、カメラメーカーが「こんな写真がよいと思うよ」と考える絵作りが施されて、はじめてjpegファイルになっているのです。それに対して、カメラメーカーが考える絵作りが施される前の写真の形式のことを、「**RAW**」といいます。RAWは、日本語で訳すと「生」の意味になり、その名の通り、加工していない生の情報です。そしていまだ生であるがゆえに、撮影者の意図に応じてさまざまな加工ができる、というメリットがあります。このRAWをもとにした加工処理のことを、「**現像**」といいます。こうした現像を行うには、現像用ソフトが必要です。Nikonには「**NX-D**」、Canonには「**DPP**」といった、カメラメーカー純正の現像ソフトがあります。また、Adobeが販売する「**Lightroom**」では、どのメーカーのカメラで撮影したRAWデータでも、現像することができます。こうした現像によって、明るさやコントラスト、色合い、ホワイトバランスなど、撮影時に「こうしておけばよかった!」と後悔したことを、後から写真に反映することができます。それにより、写真の完成度をさらに高めることができるのです。

今回は、デジタル一眼のポテンシャルを最大限に発揮するためのいろいろなアイデアをご紹介させていただきました。今回は誌面の都合でここで終わりですが、カメラをもっと楽しむためのテクニックは、まだまだたくさんあります。「こんなものか」と思ったのではもったいない! ぜひ、あなたのデジタル一眼をもっと上手に使いこなしてください!



かんたんフォトLife
美しいボケの教科書
プロが教える自在にボカすテクニック

河野 鉄平、吉住 志穂、ミゾタ ユキ、ナイスク◎著
B5判・128ページ
定価(本体**1,880**円+税)
ISBN978-4-7741-7075-6



**Canon Lレンズ
完全ガイドブック**

～キヤノンEFレンズLシリーズ現行37種類を多彩な切り口で完全紹介

井村 淳、魚住 誠一、合地 清晃、他◎著
B5判・160ページ
定価(本体**1,980**円+税)
ISBN978-4-7741-8588-0



プロフェッショナルワークショップ
Lightroom
[6/CC対応版]

吉田 浩章◎著
B5判・272ページ
定価(本体**2,780**円+税)
ISBN978-4-7741-7801-1



**Nikon Capture NX-D
RAW現像 完全ガイドブック**

上田 晃司+ナイスク◎著
B5判・160ページ
定価(本体**1,980**円+税)
ISBN978-4-7741-8438-8

春から始める！ 趣味&新生活のための実用書案内

新しい世界へ踏み出す人を応援する、大人の好奇心を実行に移すためのハンディな実用書シリーズ“大人の自由時間”。既刊タイトルから、文化系・スポーツ系・生活実用系の4点を選んでお届けします。新しい季節の始まりに、いままでやりたかったこと始めてみませんか？

大人の自由時間 “新たな興味が見つかるミドルエイジの好奇心 BOOK”
定年のない世代が、充実した OFF タイムを過ごすための「今どき」だけ「渋い」趣味&生活実用をテーマとした大人時間の入門書。

クローゼット整理で新しい服を選ぶ

大人の着こなしを考える際、最も重要なのはなんだと思いますか？ それは「サイズング」です。どんなに優れたデザインのもので、サイズが合っていないならば台無しです。面倒だから、と試着をせずに購入する男性は多いですが、試着する時間がとれないときは、購入自体を見送りましょう。

サイズのチョイスミスで最も多いのが1サイズ以上、オーバーサイズを着ている人。40代以上になると、体型にも自信が持たなくなり、つい、ゆったりしたシルエットのアイテムを選びがちです。ところが、オーバーサイズの服は体型をカバーするどころか逆に体のラインを強調します。あまりが目立つため、もたついた印象になってしまうのです。必ず試着をして、ジャストサイズを選びましょう。



大人の自由時間 mini クローゼット整理からはじまる
40歳からの服選び さりと身につく大人ファッションの新ルール

大山 旬 ● 著 B6判 / 144頁
定価(本体1,280円+税)
ISBN978-4-7741-7990-2



はじめてのスケッチで乗物を描く



スケッチの練習として、いろいろな乗物を描いてみましょう。乗物は動いている場合が多く、その形を瞬時にとらえることははじめてのうちは難しいかもしれません。止まっている時や写真に撮ってゆっくり大きさや車輪の位置や角度を観察しながら練習しましょう。筆者は若い頃、毎日300台ほど描くことを日課として続けたり、車雑誌の写真を全頁写し取ったりしていたそうです。今も目を閉じて大体は描けるとか。

街には乗用車のほかにバス、トラック、自転車、電車など様々な乗物があり風景の一つとなっています。大切なことは主役でない場合にいかにかうまく省略して描くかということです。はじめは急がずゆっくりと。

大人の自由時間 mini

描きたくなる！水彩でスケッチ

風景画の達人に学ぶスケッチの技



木下 栄三 ● 著 B6判 / 176頁
定価(本体1,280円+税)
ISBN978-4-7741-7584-3



理想のカラダを手に入れる

水泳選手のようなきれいで「シェイプ」された肉体は、水泳をしなければ手に入らないのでしょうか？ 答えは、NOです。水泳選手は泳ぐだけではなく、「ドライランドトレーニング」、いわゆる陸上トレーニングも行っているからこそ、きれいな体型をつくる事ができているのです。つまり、水泳のトレーニングをしなくても、逆三角形を形成する筋肉を「ドライランドトレーニング」で鍛えれば、誰でも水泳選手のようなカラダを手に入れることができるのです。

理想を言えば、「ドライランドトレーニング」で鍛えた部位を意識しながら泳ぐことが最も効果的なトレーニングです。しかし、忙しい現代社会では、なかなか泳ぐ時間を捻出するのは難しいでしょう。自分なりのトレーニングサイクルをつくり、継続して鍛えていくことで、理想のカラダをつくり上げていきましょう。

大人の自由時間 mini 水泳のきれいなカラダをつくる
スリムな逆三角形になる！
ドライランドトレーニング

高橋 雄介 ● 著 B6判 / 144頁
定価(本体1,280円+税)
ISBN978-4-7741-8255-1



地方野菜、変わり種野菜を作ろう

旅先で珍しい野菜に出会い、食べ慣れた野菜とはひと味違ったおいしさに驚かされることがあります。地域に根付いた独自の野菜は、地方野菜と呼ばれ、個性的な味と姿が楽しめます。京都の聖護院カブや群馬の下仁田ネギは、口にする機会も多いでしょう。また、縞模様のナスやカラフルなコーンなど、海外原産の変わり種野菜も身近になってきました。

ふだんスーパー等で買う野菜はF1種と呼ばれ、安定した収穫量・味が保証されるよう改良されたものですが、変化がなく物足りなく感じることも。一方、その土地特有の気候や土に適應した地方野菜は、栽培が難しくそうに見えますが、案外他の地域でも栽培可能なケースがあります。地方野菜・海外野菜のタネは種苗店やインターネットでも入手できるので、試してみましょう。

春を目前に控えたこの時期は、野菜づくりを始めるにはベストな季節です。今から土作りの準備をしておいしい野菜を育てましょう。

藤田 智 ● 著 B5変形判 / 128頁
定価(本体1,580円+税)
ISBN978-4-7741-7977-3



大人の自由時間 藤田智のこだわりの野菜づくり

地方野菜・変わり種に挑戦！



日々の暮らしを振り返り、あらたに重ねていく

好評いただいた『受け継ぐ暮らし』の坂井より子さんの2冊目の著書が発売になりました。「五感を大事にすること」「食ること」「最初ががんばること」を大切な軸として日常を育むより子さんの暮らし。前作は、自然に恵まれた土地で静かに暮らすより子さんの四季の家しごとを追ひ、アイデアに満ちた日々に着目。そのなかでご教示いただいた数々の知恵を1冊にまとめました。

本作の『暮らしをつむぐ』では、昨年夏よりはじまった三世帯同居のあたらしい暮らしの日にせまります。「マイパターンをもつ」「料理をたのしくするために」「これまでの暮らし」など、人と家族のこと、物の持ち方などヒントと役立つあれこれを紹介。家事のコツや日課、おしゃれと好きなもの、そして家族や子育てのこと……。心豊かに過ごす日々を綴ります。

変化していく家族のかたちや周囲の人とのつながりをゆるやかに感じながら、毎日の繰り返しをたいせつにする著者の温かな人柄を本書でぜひ感じてみてください。

坂井より子著
四六判/152ページ/フルカラー
定価(本体1400円+税)
ISBN978-4-7741-8639-9



暮らしをつむぐ
より子式・日々の重ねかた

季節の恵みをたのしみ、あるがままの自然体をたいせつに——



より子さんのおめかしスタイル

坂井より子 著 B5判/128ページ/フルカラー
定価(本体1,480円+税) ISBN978-4-7741-7710-6



●冷蔵庫の使い方と食品の持たせ方

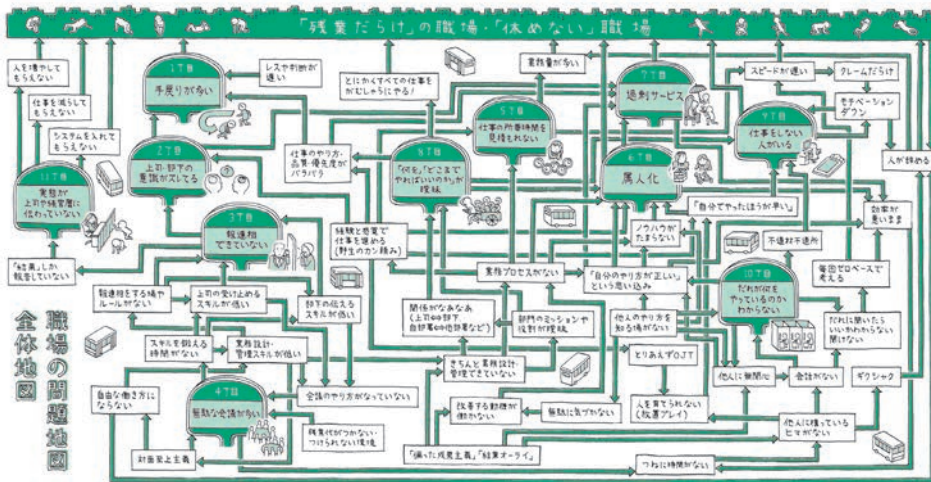
人から人へ、手から手へ。
暮らしを受け継ぐための
ヒント集

好評既刊

受け継ぐ暮らし
～より子式・
四季を愉しむ家しごと



職場の“あるある”な問題も、原因と全体像がわかれば改善への道が見えてくる!



あなたの職場に照らし合わせて、「これはうちの職場にも当てはまる」と思うものを拾って、改善策を1つでも多く試してみてください。きっと効果があるはずですよ。

2017年3月には続編『仕事の問題地図』も刊行予定、ぜひあわせてチェックを!

- 「定時で帰っているのは一部の部署だけ。皆、相変わらず夜遅くまで残業している」
- 「もっと仕事したいのに、無理やり帰らされて、かえってモチベーションがダウン」
- 「終わらない仕事の日が日にたまっていく」
- 「仕事の品質が下がり、クレームの嵐が……」
- 「他人に構う余裕がなく、会話がなくなった」
- 「残業すると上司がうるさいので、帰ったことにして家で仕事している」
- 「定時退社日以外の日の残業が増えた」

- 「残業はすべて管理職が肩代わり。管理職はいつもゲツソリ」
- 「裁量労働制…お金にならない残業が増えただけ」

1つでも心あたりがある方に手にとっていただきたいのが、現在9刷と大好評の『職場の問題地図』。

“あるある”な問題の原因と全体像を図解ですっきり整理しながら、解決策を教えます。

職場の問題地図

「で、どこから変える?」
残業だらけ・休めない働き方

沢渡 あまね◎著
四六判/224ページ
定価(本体1,480円+税)
ISBN978-4-7741-8368-8

瀬山士郎先生の 数学よもやま話

連載④ 18歳までに学ぶべき数学

かつて、名著「数学入門（上下）」（岩波新書）の前書きで故遠山啓は『20世紀後半の世界に活動する日本人に必要な数学として、私は一応「微分方程式まで」という線を引いてみた。たしかに微分方程式までの知識が日本人の常識になったら、それはすばらしいことであろうと思う』と書いた。こんな理想を語れた時代があった。

残念ながら21世紀に入ったいま、日本人の数学の常識はこの理想には程遠いと言わねばならない。様々な事情で高校数学を中断せざるを得なかった少年、少女たちも多い。彼らにそれでも数学を学ぶことをあきらめずに続けてもらうための、必要最小限の数学の数学知識とは何だろうか。数学教育の専門家や教育の実務にあたる人と一緒に考え、討議の結果、2次式の理解を一つの目標としてみたいという結論に達した。

2次方程式の解の公式は一時中学校数学から削除されてしまったが、ここには、記号運用と内容の理解とい

う数学理解のもっとも基礎的な知識が詰まっている。自分が考えていることを記号で表現し、それを数学規則に従って変形し、自分の思考内容を外部に取り出して反省的、批判的な目で眺めることを可能にすること。これは数学理解のためには欠かせない技量である。

また、2次関数は、線形性だけではとらえきれない多くの自然現象のモデルとしてとても重要である。さらに2次関数はその局所的な分析をとおして、微小変化における線形性と結びつき、微分学という多くの自然科学の基礎として最も重要な数学に直接に繋がっている。たとえば、2次関数の平方完成という記号運用上の技術は、視点を広げてみれば、関数のテイラー展開という高度な数学に直結していると言ってもよい。これを2変数2次関数にまで広げることができれば、その射程は格段に広がるだろう。多くの少女、少年たちが2次式を理解してくれることを切望している。

profile

瀬山士郎（せやましろう）

1946年群馬県生まれ。1970年東京教育大学大学院理学研究科終了。専門は位相幾何学、グラフ理論。1970年群馬大学教員となり、2011年定年退職。群馬大学名誉教授。数学教育協議会会員。

主な著書に「バナッハ・タルスキの密室」（日本評論社、2013年）、「読む数学」（角川ソフィア文庫、2014年）、「はじめての現代数学」（ハヤカワ文庫、2009年）、「幾何物語」（ちくま学芸文庫、2007年）「無限と連続の数学」（東京図書、2005年）、「トポロジー：柔らかな幾何学」（日本評論社、2003年）、「計算のひみつ—考え方の練習帳」（さ・え・ら書房、2004年）、「数学 想像力の科学」（岩波書店、2014年）などがある。

新刊
案内

わかる基礎入門シリーズ



ゼロからわかる 機械力学入門

小峯 龍男 ● 著

A5判 / 288ページ

定価(本体2,200円+税)

ISBN978-4-7741-8657-3

知りたい!サイエンスシリーズ



なぜ人は ドキドキするのか?

中西 貴之 ● 著

四六判 / 208ページ

定価(本体1,580円+税)

ISBN978-4-7741-8693-1

生物ミステリー シリーズ



おっばいの 進化史

浦島 匡 / 並木 美砂子 / 福田 健二 ● 著

A5判 / 216ページ

定価(本体1,880円+税)

ISBN978-4-7741-8679-5