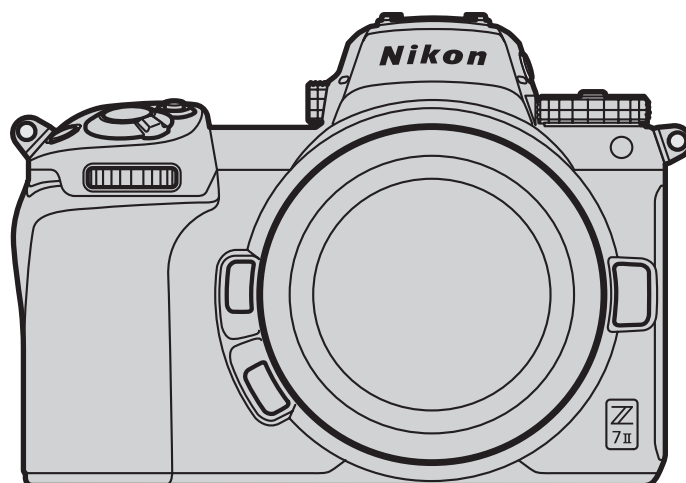
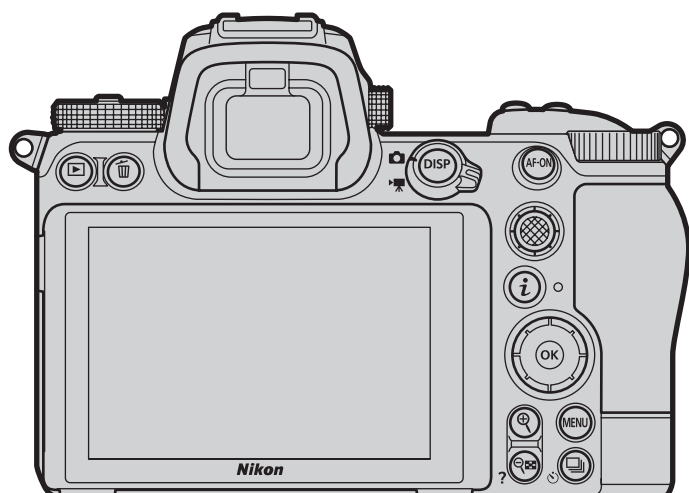


Nikon



Z 7 II / Z 6 II Professional

ポートレート / ウェディングフォト撮影ガイド



目次

撮影の準備編 4

はじめにやっておきたいこと	4
● どのような目的で撮影するのかを明確にする	4
● 撮影する場所、撮りたいカットやポーズを考える	4
● 撮影するイメージをモデルと共有する	4
● カメラの設定をする	4
使用する機材	5
カメラの設定をする	6
● AF エリアモードを [ワイドエリア AF (L-人物)] に	6
● ISO 感度を ISO 200 に	7
● ピクチャーコントロールを [ポートレート] に	7
● ホワイトバランスを [オート] に	8
● 画質モードを [RAW+NORMAL] に	8
● 静止画撮影メニュー [人物印象調整] で色相と明るさを調整する	8
● Fn1 ボタンまたは Fn2 ボタンに再生機能を割り当てる	10
レンズを選ぶ	11
● ポートレート/ウェディングフォト撮影におすすめのレンズと特徴	11
スピードライトや照明機材を考える	15
● スピードライトを用意する	15
● レフ板や露出計などの照明機材を用意する	15

スタジオ内ワークフロー編 17

構図とポーズを決める	18
● ライティングの配置を決める	18
試し撮りをする	19
● 色味を確認する	19
● ピクチャーコントロールを調整する	19
撮影する	20
● こんなときは	20
レタッチ処理をする	21
● カラーコントロールポイントで明るさや色合いを部分的に調整する	21
● カラーブラスターで画像の色の彩度を高める	21

屋外ワークフロー編**23**

構図とポーズを決める	24
● 光の取り方について.....	24
試し撮りをする	25
● 色味を確認する	25
● ピクチャーコントロールを調整する	26
撮影する.....	27
● こんなときは.....	27
レタッチ処理をする	28
● カラーコントロールポイントで明るさや色合いを部分的に調整する	28
● カラーブースターで画像の色の彩度を高める	29

撮影のテクニック**30**

モデルとのコミュニケーションが大事	30
撮影者自身が場を盛り上げる	30
人物以外のイメージカットを撮っておく	31
やわらかいイメージを作るためのアクセサリ	31

撮影の準備編

はじめにやっておきたいこと

ポートレート/ウェディングフォト撮影を始める前に次のことをやっておきましょう。

どのような目的で撮影するのかを明確にする

アルバム、写真集、記念写真など目的によって見せ方や必要なカット数が変わってきます。どのような目的で撮影するのかを明確にしておきましょう。



撮影する場所、撮りたいカットやポーズを考える

どんな場所で撮影するのか、どのようなカットやポーズを撮りたいかを考えておきましょう。メモや絵コンテなどにまとめておくのもおすすめです。



撮影するイメージをモデルと共有する

撮りたい写真のイメージをあらかじめ被写体となる相手に伝えておきましょう。ウェディングフォトの場合は、新郎新婦がどのような写真を希望しているかを確認しておくことも大切です。



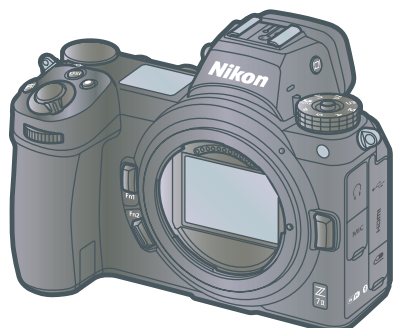
カメラの設定をする

事前のカメラのセッティングは大切です。これがきちんとできていれば、撮影がスムーズに進み、撮影後のレタッチ処理も少なくて済みます。詳しくは [「カメラの設定をする」\(06\)](#) をご覧ください。



使用する機材

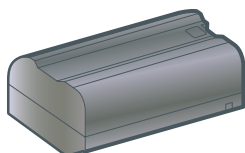
ポートレート/ウェディングフォト撮影に使用する主な機材は次の通りです。



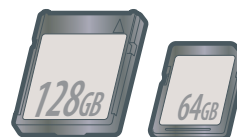
カメラ本体



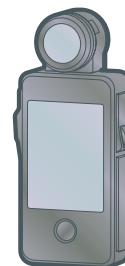
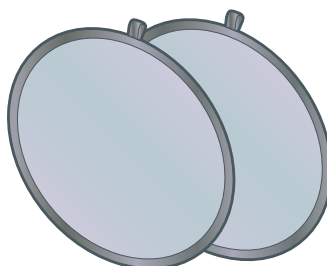
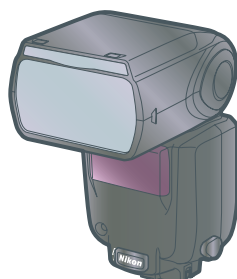
レンズ



バッテリー



メモリーカード



スピードライト、およびレフ板や露出計などの照明機材

⚡ 予備のバッテリーとメモリーカードも用意しよう

充電済みの予備のバッテリーと、空き容量のある予備のメモリーカードも用意しておきましょう。また、数日かけて撮影するなど撮影が長時間にわたる場合は、バッテリーチャージャーも用意しておくといでしょう。

撮影の準備編

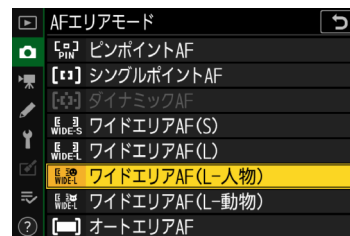
カメラの設定をする

ポートレート / ウェディングフォト撮影をするための基本設定は次の通りです。

AF エリアモード	ワイドエリア AF (L- 人物)
ISO 感度	ISO 200
ピクチャーコントロール	ポートレート
ホワイトバランス	オート
画質モード	RAW+NORMAL
静止画撮影メニュー	
人物印象調整	人物の色相と明るさを任意で調整する
カスタムメニュー	
f2 : カスタムボタンの機能	[Fn1 ボタン] または [Fn2 ボタン] に [再生] を割り当てる

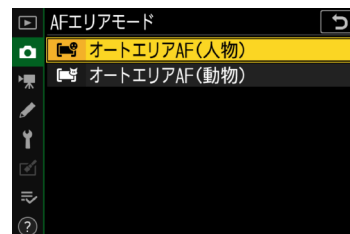
AF エリアモードを [ワイドエリア AF (L- 人物)] に

シングルポイント AF よりも広い範囲で被写体をとらえることができます。また、カメラが自動で人物の顔や瞳を検出します。新郎新婦の撮影で新婦だけにピントを合わせたい場合など、特定の被写体にピントを合わせるときに便利です。



■ 1 名の被写体に対してより精密にピントを合わせたいときは

被写体が 1 名のポートレート撮影をするときにより精密にピントを合わせたい場合は、AF エリアモードを [オートエリア AF (人物)] にすることをおすすめします。



⚡ 顔や瞳が検出されたときの表示と操作について (瞳 AF と顔検出 AF)

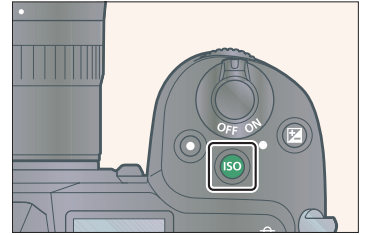
静止画撮影メニュー [AF エリアモード] で [ワイドエリア AF (L- 人物)] または [オートエリア AF (人物)] に設定すると、カメラが人物の顔と瞳を検出します (瞳 AF / 顔検出 AF)。

- カメラが人物の顔を検出した場合、顔に黄色の枠 (フォーカスポイント) が表示されます。瞳を検出できるときは、左右どちらかの瞳に黄色のフォーカスポイントが表示されます。
- フォーカスマードが AF-C の場合は、顔または瞳を検出している間、フォーカスポイントは黄色で点灯します。また、フォーカスマードが AF-S の場合は、ピントが合うとフォーカスポイントが緑色で点灯します。
- カメラが顔を検出した人物が一時的に横や後ろを向いたりしても、追尾してフォーカスポイントが移動します。
- 再生画面で ボタンを押すと、ピントを合わせた顔や瞳を中心に画像が拡大されます。
- [オートエリア AF (人物)] に設定して複数の顔や瞳を検出した場合は、フォーカスポイントに ◀ および ▶ が表示されます。マルチセレクターの を押してピントを合わせたい顔や瞳を選ぶことができます。




ISO 感度を ISO 200 に

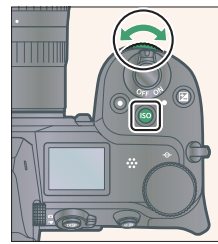
天候などの環境光やライティング、被写体の動きなど、撮影条件を確認しながら ISO100～800 の間で調整してみてください。うまく調整できないと感じたときは、感度自動制御機能を使うことをおすすめします。



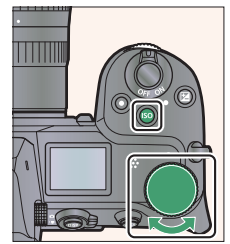
■ 被写体がよく動く場面では感度自動制御機能を有効に

感度自動制御機能を有効にすると、カメラが自動的に ISO 感度を変更します。


- 撮影モードが **P**、**S**、**A**、**M** の場合、**ISO** ボタンを押しながらサブコマンドダイヤルを回すと ISO AUTO (感度自動制御する) と ISO (感度自動制御しない) を切り換えられます。撮影モードが  の場合、初期設定で ISO AUTO に設定されています。**ISO** ボタンを押しながらメインコマンドダイヤルを回すと ISO AUTO から任意の ISO 感度に切り換えられます。



P、S、A、M の場合



AUTO の場合

- 静止画撮影メニュー [ISO 感度設定] の [感度自動制御] で [低速限界設定] の [オート] を選び、補正値を高速側に設定すると、被写体ブレを効率的に防ぐことができます。
- カスタムメニュー e4  [使用時の感度自動制御] では、フラッシュ撮影時に感度自動制御を行う場合の、露出を合わせる対象を設定できます。

ピクチャーコントロールを [ポートレート] に

人物の肌が滑らかで自然な画像になります。



■ カスタムピクチャーコントロールについて

好みの設定に調整したピクチャーコントロールは、静止画撮影メニュー [カスタムピクチャーコントロール] で登録しておくことができます。ポートレート撮影用としてカスタムピクチャーコントロールを登録する場合は、[ポートレート] を元にするのがおすすめです。

⚠️ ピクチャーコントロールを調整して肌の質感をやわらかく目元をくっきりと仕上げる

ポートレート写真で肌の質感をやわらかく、目元をくっきりとさせたいときのピクチャーコントロールの調整値は、ニコンダウンロードセンター (<https://downloadcenter.nikonimglib.com/>) からダウンロードできる Z7 および Z6 の「テクニカルガイド (画像編)」に記載の「STEP2: さらに細かく調整したい ([輪郭強調]、[ミドルレンジシャープ]、[明瞭度] を使う)」で紹介しています。なお、同テクニカルガイドでは、[スタンダード] を使って説明していますが設定方法は同じです。

撮影の準備編

ホワイトバランスを [オート] に

カメラが自動的にホワイトバランスを調節し、ほとんどの光源に対応できます。別売のスピードライトの使用時は、フラッシュ発光時の条件に応じて適したホワイトバランスに調整されます。

- ニコン製品以外のフラッシュを使用した場合、[オート] に設定していても最適なホワイトバランスにならないことがあります。



画質モードを [RAW+NORMAL] に

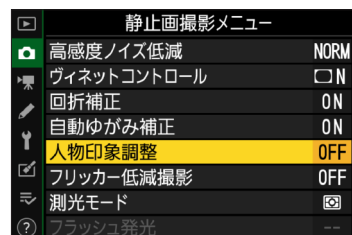
RAW と JPEG (NORMAL) の 2 種類の画像を同時に記録します。




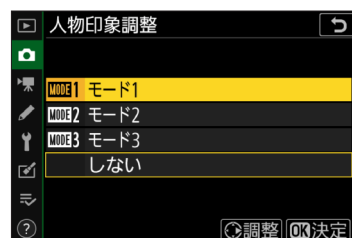
静止画撮影メニュー [人物印象調整] で色相と明るさを調整する

人物の色相と明るさを 2 軸で調整して、[モード 1]、[モード 2]、[モード 3] として個別に登録できます。登録した調整モードは、撮影した画像に適用できます。登録の手順は次の通りです。

- 1 静止画撮影メニューで [人物印象調整] を選ぶ

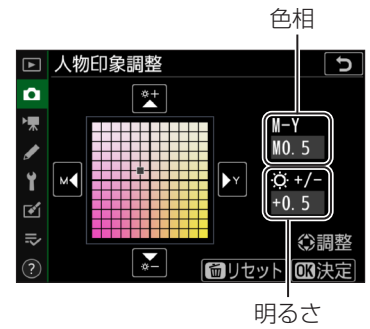


- 2 調整モードの登録先を [モード 1]～[モード 3] から選んでマルチセレクターの  を押す



3 色相と明るさを調整して登録する

- で人物の M (マゼンタ) および Y (イエロー) 方向の色相を、 で人物の明るさを調整することができます。色相と明るさは、調整によって次のように変化します。



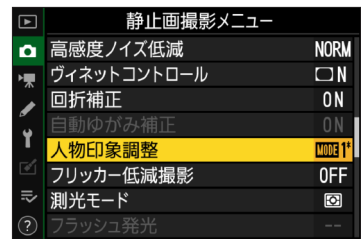
↑ +

	M-Y: M3.0 ☀ +/-: +3.0	M-Y: 0.0 ☀ +/-: +3.0	M-Y: Y3.0 ☀ +/-: +3.0	
	M-Y: M3.0 ☀ +/-: 0.0	M-Y: 0.0 ☀ +/-: 0.0	M-Y: Y3.0 ☀ +/-: 0.0	
	M-Y: M3.0 ☀ +/-: -3.0	M-Y: 0.0 ☀ +/-: -3.0	M-Y: Y3.0 ☀ +/-: -3.0	

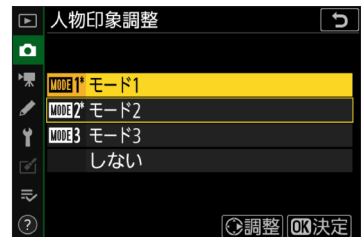
↓ -

撮影の準備編

- **OK** ボタンを押すと調整値が登録され、静止画撮影メニューに戻ります。



4 [人物印象調整] 画面で使用する調整モードを選んで **OK** ボタンを押す



⚠ 人物印象調整についてのご注意

- 次の場合、[人物印象調整] が無効になります。
 - [ピクチャーコントロール] が [モノクローム] または [Creative Picture Control] の場合
 - セットアップメニュー [HDMI] の [詳細設定] で [N-Log/HDR (HLG) 出力設定] を [N-Log] または [HDR (HLG)] に設定した場合
- 人物印象調整の調整値は、カメラの再生画面、画像編集メニュー [RAW 現像] およびニコンソフトウェア NX Studio では確認できません。
- 人物印象調整の調整値は、画像の撮影後に画像編集メニュー [RAW 現像] や NX Studio で変更することはできません。

Fn1 ボタンまたは Fn2 ボタンに再生機能を割り当てる

Fn1 ボタンまたは Fn2 ボタンに再生機能を割り当てておくと、ファインダーから目を離さずにボタンを押して撮影画像を再生できるため便利です。



⚠ 画像再生時に **OK** ボタンで拡大表示する

画像を再生しているときに **OK** ボタンを押すと、撮影時のフォーカスポイントを中心にして、設定した拡大率で拡大表示します (カスタムメニュー f3 [OK ボタンの機能] の [再生モード] が初期設定の [拡大画面との切り換え] のとき)。もう一度 **OK** ボタンを押すと、元の表示に戻ります。**OK** ボタンを 1 回押すだけで設定した拡大率に拡大表示されるため、ピントのチェックを素早く行いたいときなどに便利です。

⚠ Fn1 ボタンと Fn2 ボタンに関連する機能を割り当てる

たとえば Fn1 ボタンに [再生]、Fn2 ボタンに再生時に使用する [プロテクト] や [レーティング] を割り当てるなど、Fn1 ボタンと Fn2 ボタンに関連する機能を割り当てておくと、撮影をスムーズに行うことができ、撮影後の手間を軽減するのに役立ちます。

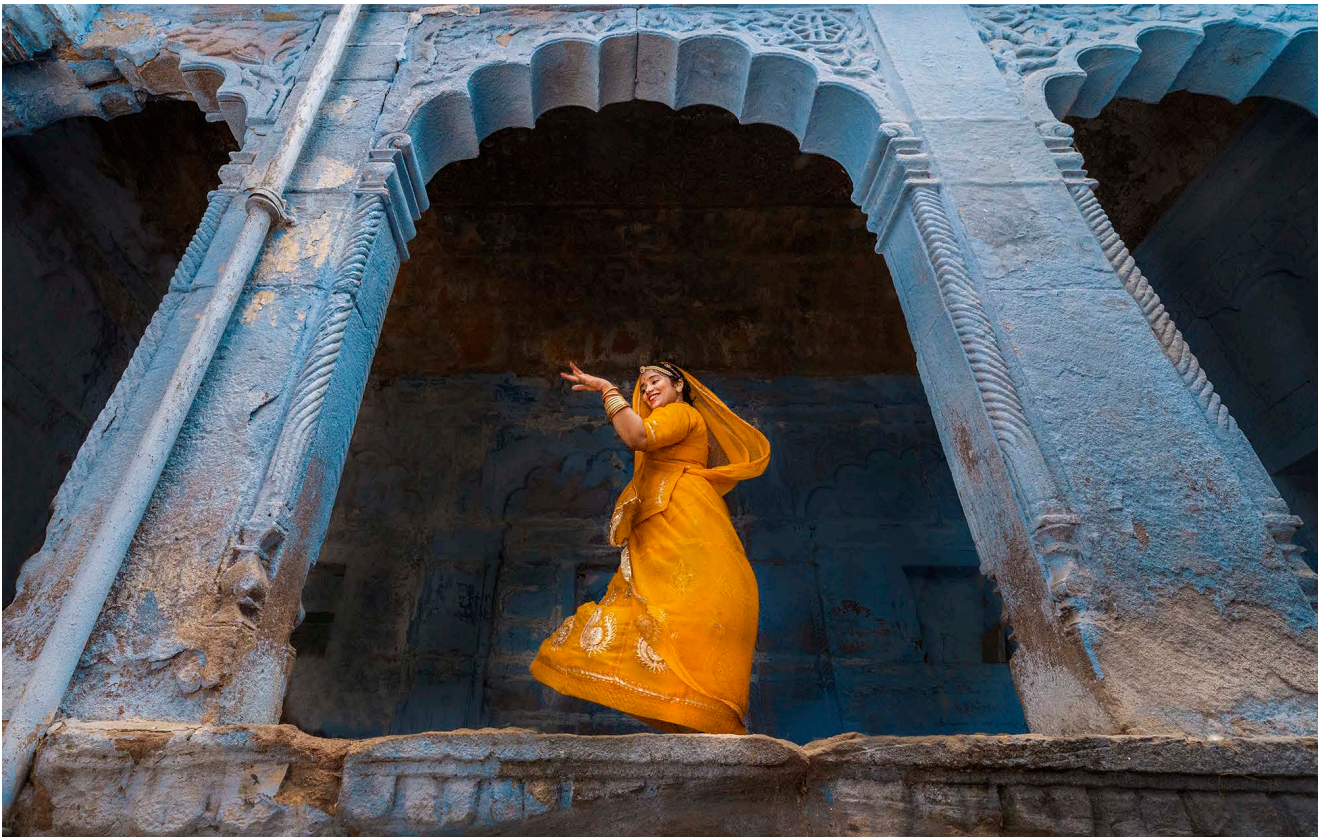
レンズを選ぶ

レンズ選びは大切です。撮りたいイメージや目的に合ったレンズを選びましょう。

ポートレート/ウェディングフォト撮影におすすめのレンズと特徴

レンズ	□
NIKKOR Z 14-24mm f/2.8 S	11
NIKKOR Z 24-70mm f/2.8 S	12
NIKKOR Z 70-200mm f/2.8 VR S	13
NIKKOR Z 35mm f/1.8 S	13
NIKKOR Z 50mm f/1.2 S、NIKKOR Z 50mm f/1.8 S	14
NIKKOR Z 85mm f/1.8 S	14

■ NIKKOR Z 14-24mm f/2.8 S



焦点距離 14-24mm の広角ズームレンズを使うと、背景の美しさなどをダイナミックに捉えた印象的なイメージを表現できます。

- 一般的に広角レンズでは、画面周辺部に近くなるほどゆがみが大きくなります。写真に写った被写体のバランスが不自然になりやすいので、構図を決めるときは注意が必要です。

■ NIKKOR Z 24-70mm f/2.8 S



© Marie Bärsch

焦点距離 24-70mm の標準ズームレンズは、幅広いシーンで使うことができるためとても便利です。

■ NIKKOR Z 70-200mm f/2.8 VR S



焦点距離 70-200mm の望遠ズームレンズを使うと、背景を柔らかくぼかして主役となる被写体を引き立たせることができます。

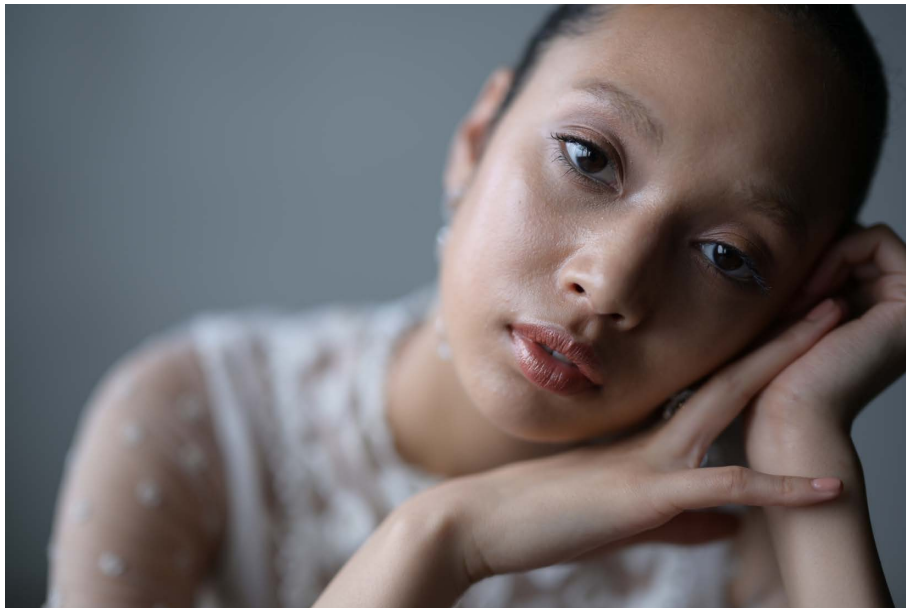
■ NIKKOR Z 35mm f/1.8 S



焦点距離 35mm のレンズを使うと、人物と背景の両方をバランス良く描写することができます。

撮影の準備編

■ NIKKOR Z 50mm f/1.2 S、NIKKOR Z 50mm f/1.8 S



焦点距離 50mm の明るいレンズを使うと、美しく滑らかなボケ味によって人物の表情を豊かに表現できます。

- f/1.2 と f/1.8 の 2 種類をラインナップしています。サイズと予算に応じてお選びいただけます。

© Kyoko Munakata

■ NIKKOR Z 85mm f/1.8 S



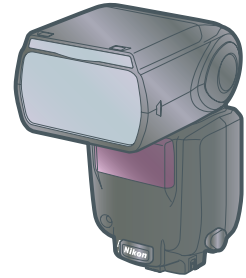
焦点距離 85mm のレンズを使うと、被写体と適度な距離を保ちながら、より印象深いポートレート写真を撮影できます。

スピードライトや照明機材を考える

撮影したいイメージ、撮影する場所や時間、天候などを考慮しながら、どのような照明機材を使うかを決めていきます。

スピードライトを用意する

効果的なライティングをしたい場合はスピードライトがおすすめです。SB-5000を使用すれば、電波で制御する多灯ワイヤレスライティングが可能です。詳しくはニコンダウンロードセンターのSB-5000 製品ページ (<https://downloadcenter.nikonimglib.com/ja/products/322/SB-5000.html>) からダウンロードできる「電波制御アドバンストワイヤレスライティング テクニカルガイド」をご覧ください。



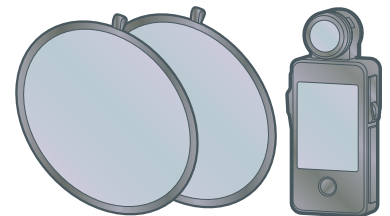
⚠ Nissin および Profoto 製品について

Nissin 社の製品、および Profoto 社の Profoto A1、Profoto A1X、Profoto A10、Connect、Air Remote TTL については、ホワイトバランスの自動調整などが正常に動作することを確認しています。

- 上記製品をご使用の際は、カメラおよびレンズ、スピードライトのファームウェアを最新版にバージョンアップしてからお使いください。
- 仕様など上記製品の詳しい情報については、Nissin 社および Profoto 社へお問い合わせください。

レフ板や露出計などの照明機材を用意する

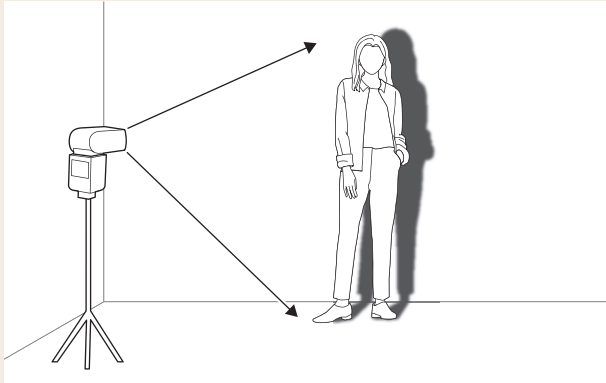
レフ板は、逆光撮影時の人物の顔など暗くなりやすい部分の光量を補うために使います。レフ板を使うと、肌や表情をやわらかく写すことができます。また、露出計は光量を測定し、露出値を割り出すために使います。このほかにディフューザーやソフトボックスなど、光を拡散させる照明機材もあります。必要に応じて用意しましょう。



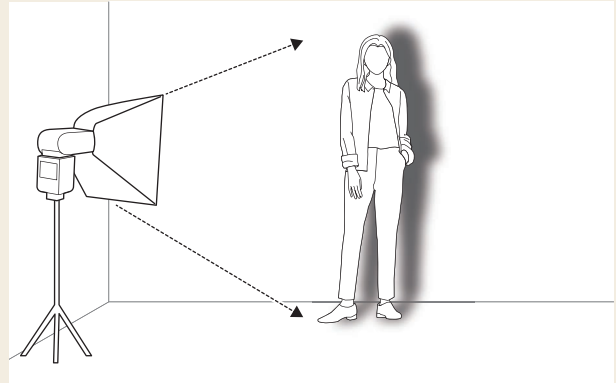
撮影の準備編

🚩「点光源」と「面光源」

小さい光源を「点光源」、大きい光源を「面光源」をいいます。光の特性上、光源のサイズが小さくなるほど光は硬くなり、影がくっきりと写ります。一方、光源が大きくなると光はやわらかくなり、影がぼやけて写ります。



光源のサイズが小さくなるほど光は硬くなる

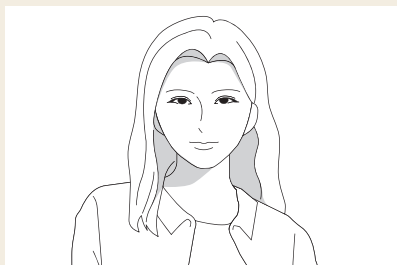
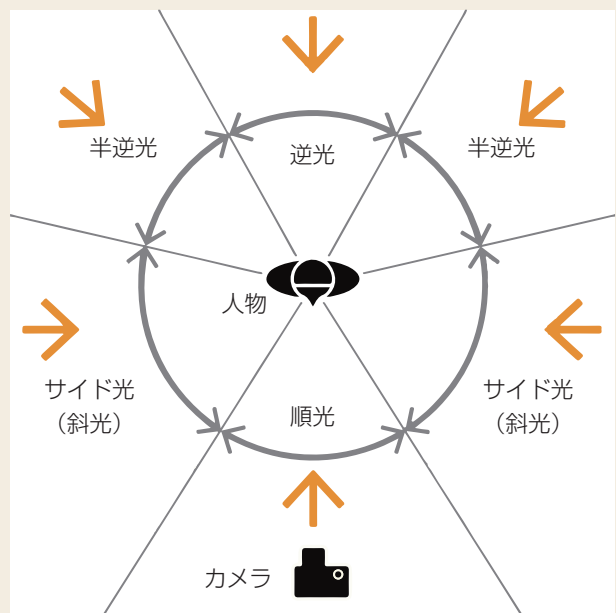


光源が大きくなると光はやわらかくなる

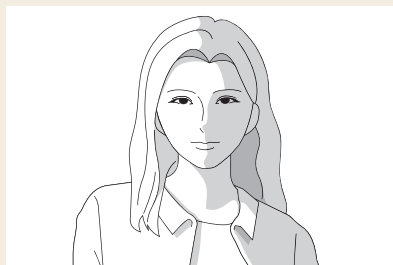
🚩 光の向きで被写体の見え方が変わる

被写体の見え方は、被写体に対して光が当たる向きで変わります。

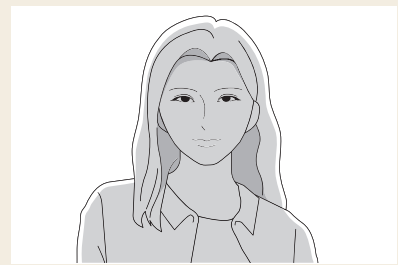
- **順光**：撮影者側から被写体に当たる光。被写体をくっきり鮮やかに表現できます。全体的に光が当たるため凹凸や奥行きは出にくくなります。
- **サイド光 (斜光)**：被写体の左右側面から当たる光。真横からの光をサイド光、斜め前からの光を斜光と呼び分ける場合もあります。被写体の凹凸に合わせて明るい部分と陰になる部分ができ、立体的な写真になります。
- **逆光**：撮影者の反対側から被写体に当たる光。斜め後ろから当たる光を半逆光と呼ぶ場合もあります。背後から光が当たるため被写体の前面は暗くなりますが輪郭が際立ちます。被写体自体が暗くなりすぎる場合は、露出補正やフラッシュ、レフ版などで明るさを調整しながら撮影します。



順光



サイド光 (斜光)



逆光

スタジオ内ワークフロー編

この章では、スタジオでポートレート/ウェディングフォト撮影を行う場合の流れについて説明します。



[構図とポーズを決める \(📖18\)](#)



[試し撮りをする \(📖19\)](#)



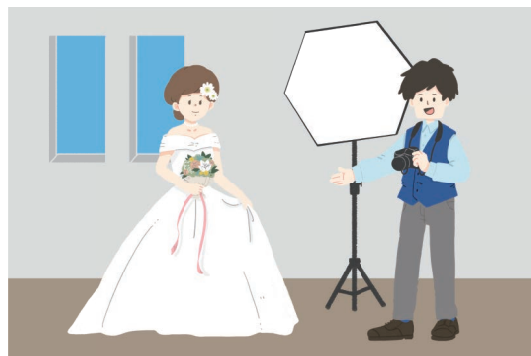
[撮影する \(📖20\)](#)



[レタッチ処理をする \(📖21\)](#)

構図とポーズを決める

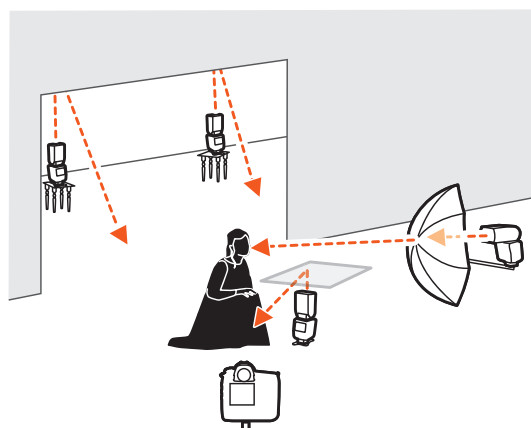
被写体となる相手にイメージやポーズなどを伝えて、構図とポーズを決めていきます。このとき、十分に対話することが大切です。



ライティングの配置を決める

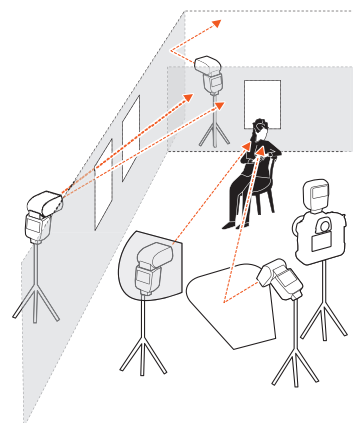
イメージやポーズに合わせてライティングの配置を決めます。

- SB-5000 を使用すれば、電波で制御する多灯ワイヤレスライティングが可能です。詳しくはニコンダウンロードセンターの SB-5000 製品ページ (<https://downloadcenter.nikonimglib.com/ja/products/322/SB-5000.html>) からダウンロードできる「電波制御アドバンストワイヤレスライティングテクニカルガイド」でご確認いただけます。



■ 屋内でポートレート撮影するときのライティングのヒント

- 小さい光源（点光源）を使うと被写体にくっきりとした濃い影ができます。女性が被写体のポートレート撮影のようにやわらかい光で撮影したいときは、天井の照明を使ったりスピードライトの光を天井にバウンスさせて、光を拡散させるようにセッティングしましょう。
- スタジオを借りて撮影する場合は、ディフューザーなど光を拡散させる照明器具を持参するとよいでしょう。

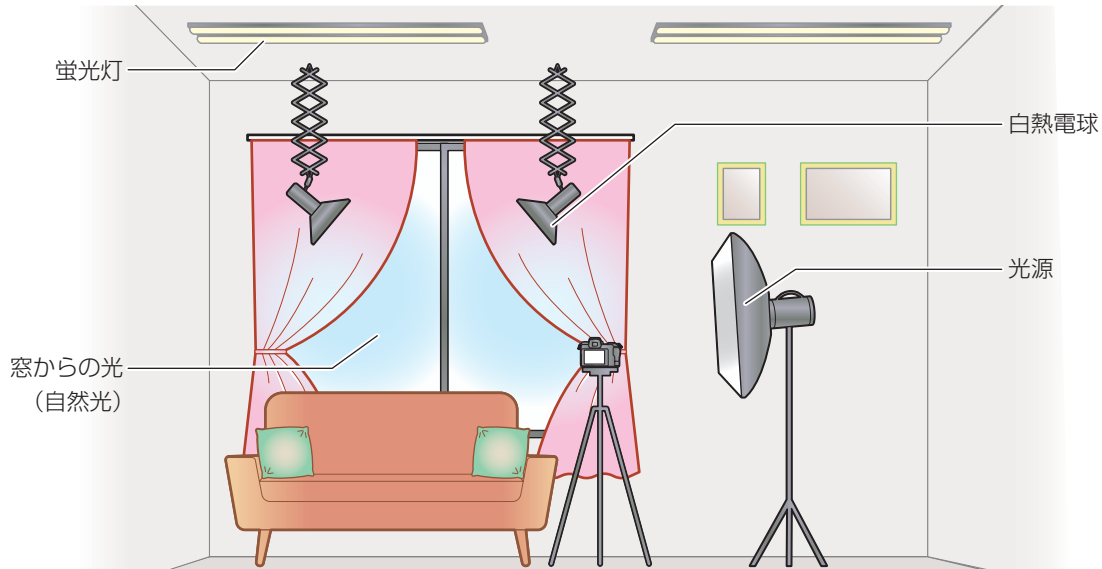


試し撮りをする

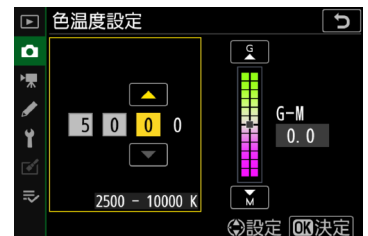
撮影を始める前に試し撮りをして、撮りたい色味やイメージになっているかを確認しましょう。

色味を確認する

- 光源、白熱電球、蛍光灯、窓からの光（自然光）、ミックス光で試し撮りをして色味を確認します。



- より印象的な色味にしたいときは、ホワイトバランスを [オート] から [色温度設定] に変更して任意の色温度を指定します。
 - 色温度は画像の撮影情報で確認できます。
 - 青みを強くしたいときは色温度の数値を小さく、赤みを強くしたいときは数値を大きくします。
 - 緑がかった色味が気になる場合は M (マゼンタ) 方向に、赤の色味が不自然に感じる場合は G (グリーン) 方向に調整します。



⚠ より実際の色に近い色味にしたいときは

より実際の色に近い色味にしたいときは、プリセットマニュアルを使うことをおすすめします。プリセットマニュアルでは、撮影する照明下で白またはグレーの被写体を撮影してプリセットマニュアルデータを取得し、それを基準にしてホワイトバランスを設定します。プリセットマニュアルは、iメニューの [ホワイトバランス] で PRE [プリセットマニュアル] を選ぶと設定できます。詳しくは、ニコンダウンロードセンター (<https://downloadcenter.nikonimglib.com/>) からダウンロードできる「活用ガイド」をご覧ください。

ピクチャーコントロールを調整する

ピクチャーコントロールを好みの設定に調整する場合は、カスタムピクチャーコントロールを使うと便利です (07)。カスタムピクチャーコントロールを使うと、調整したピクチャーコントロールに名前を付けて登録したり、メモリーカードを使って、同じ機種のカメラやピクチャーコントロールに対応するソフトウェアと共用することができます。

⚠ ピクチャーコントロールを調整する場合のヒント

ポートレート撮影用にピクチャーコントロールを調整する場合、[輪郭強調] や [コントラスト] を強くしすぎると仕上がりが硬くなるので注意しましょう。

スタジオ内ワークフロー編

撮影する

実際に撮影していきます。

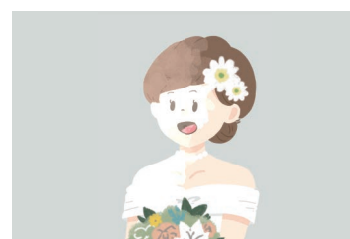
- ポートレート撮影およびウェディングフォト撮影で役に立つテクニックについては、[「撮影のテクニック」\(P30\)](#)で紹介しています。
- 場所や構図を変更したら、その都度試し撮りをしてどのように写るかを確認しましょう ([P19](#))。



こんなときは

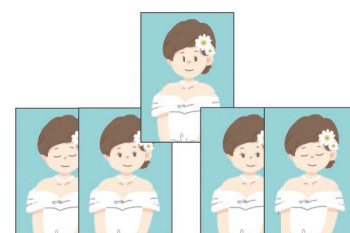
■ 白い衣装やハイライト部の白とびを抑えたいときは

ウェディングドレスのような白い衣装やハイライト部の白とびを抑えたい場合は、測光モードを「**ハイライト重点測光**」にします。



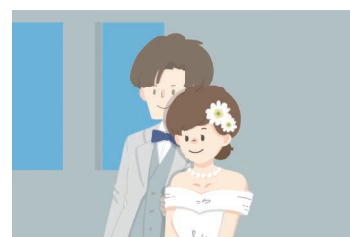
■ 目つぶりが起きやすい被写体のときは

目つぶりが起きやすい被写体のときは、レリーズモードを「**低速連続撮影**」や「**高速連続撮影**」に変更して連続撮影し、その中から気に入ったショットを選ぶとよいでしょう。



■ 新郎新婦など複数の人物を撮影するときは

横に並んだ新郎新婦を撮影するときなど、距離の異なる複数の被写体にピントを合わせたい場合は、絞りを絞り込んで被写界深度を広くします。



レタッチ処理をする

ここではニコンソフトウェア NX Studio を使ったレタッチ処理について紹介します。NX Studio は閲覧、RAW 現像、編集ができるニコン純正のソフトウェアです。ニコンダウンロードセンター (<https://downloadcenter.nikonimglib.com/>) からダウンロードしてインストールできます。



カラーコントロールポイントで明るさや色合いを部分的に調整する

カラーコントロールポイントを使うと、画像の明るさや色合いなどを部分的に調整できます。



カラーブースターで画像の色の彩度を高める

カラーブースターを使うと、彩度を最適に調整し、画像の色の彩度を高めます。

■ 調整対象を [人物] にした場合

人物の印象に影響を与えずに画像の色を鮮やかにします。



スタジオ内ワークフロー編

■ 調整対象を [風景] にした場合

人物の印象と画像全体の色を鮮やかにします。



屋外ワークフロー編

この章では、屋外でポートレート/ウェディングフォト撮影を行う場合の流れについて説明します。



© Alina Rudya

[構図とポーズを決める \(📖24\)](#)



[試し撮りをする \(📖25\)](#)



[撮影する \(📖27\)](#)



[レタッチ処理をする \(📖28\)](#)

屋外ワークフロー編

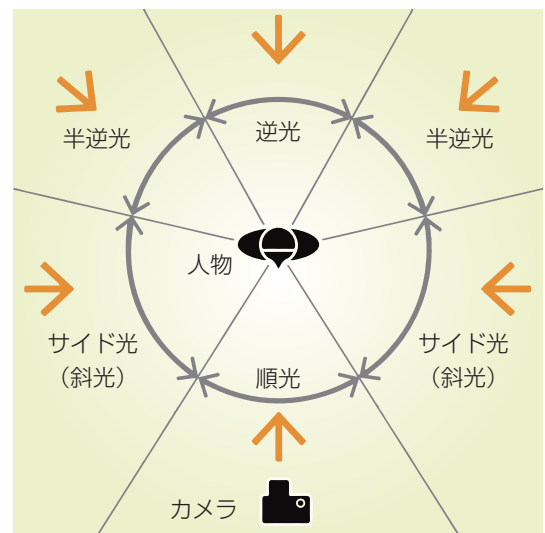
構図とポーズを決める

被写体となる相手にイメージやポーズなどを伝えて、構図とポーズを決めていきます。このとき、十分に対話をするのが大切です。



光の取り方について

屋外の場合は、基本的に自然光を光源にして撮影します。被写体に対する光の向き、撮影する時間（太陽の位置）、天候など考慮して、構図とポーズを決めていきます。



⚠ 太陽が被写体の前方斜め 30° ~ 45° になる位置がベスト

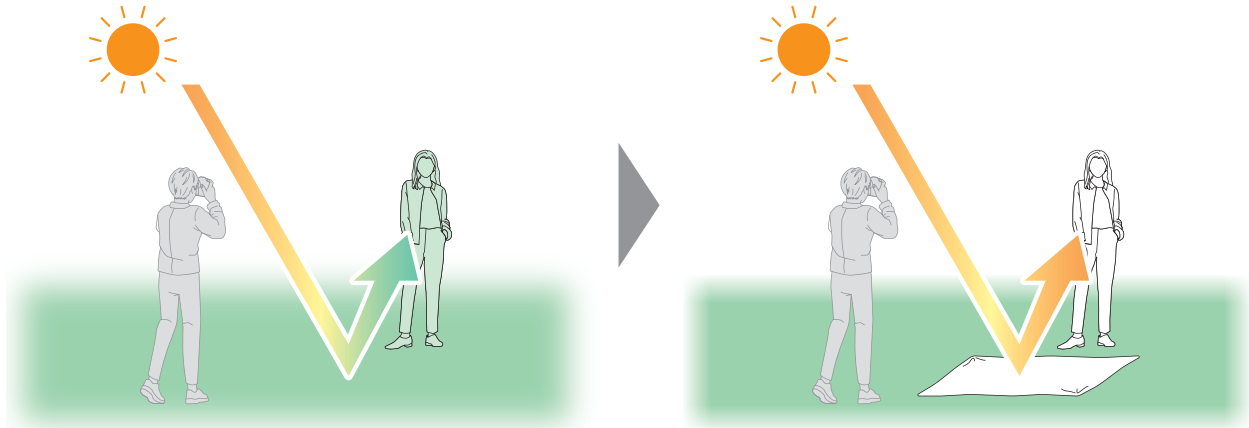
被写体の正面に対して、太陽が前方斜め 30° から 45° の位置にあるときは、瞳にキャッチライトが入って被写体の表情が豊かになります。また、顔の片側から光が当たることによって、適度な陰影がついて表情を立体的に描写できます。

試し撮りをする

撮影を始める前に試し撮りをして、撮りたい色味やイメージになっているかを確認しましょう。

色味を確認する

- 芝生の上に立つ被写体の顔が青みがかって写るなど、色のついた光が被写体に当たることで本来の色とは違う色になることを「色かぶり」といいます。色かぶりが起きる場合は、レフ板を使ったり白い布を被写体の足元に置いて環境を改善しましょう。レフ板や白い布は、画面に写り込まないように注意しながら配置します。



- より印象的な色味にしたいときは、ホワイトバランスを[オート]から[色温度設定]に変更して任意の色温度を指定します。
 - 色温度は画像の撮影情報で確認できます。
 - 青みを強くしたいときは色温度の数値を小さく、赤みを強くしたいときは数値を大きくします。
 - 緑がかった色味が気になる場合は M (マゼンタ) 方向に、赤の色味が不自然に感じる場合は G (グリーン) 方向に調整します。



⚠ より実際の色に近い色味にしたいときは

より実際の色に近い色味にしたいときは、プリセットマニュアルを使うことをおすすめします。プリセットマニュアルでは、撮影する照明下で白またはグレーの被写体を撮影してプリセットマニュアルデータを取得し、それを基準にしてホワイトバランスを設定します。プリセットマニュアルは、iメニューの[ホワイトバランス]でPRE[プリセットマニュアル]を選ぶと設定できます。詳しくは、ニコンダウンロードセンター (<https://downloadcenter.nikonimglib.com/>) からダウンロードできる「活用ガイド」をご覧ください。

⚠ 露出補正を素早く行いたいときは

カスタムメニュー b2 [露出補正簡易設定] を [する] にしておくと、コマンドダイヤルだけで露出補正値を設定できます。電源を OFF にしても、半押しタイマーがオフになっても、設定した露出補正値はリセットされません。

屋外ワークフロー編

ピクチャーコントロールを調整する

ピクチャーコントロールを好みの設定に調整する場合は、カスタムピクチャーコントロールを使うと便利です([図7](#))。カスタムピクチャーコントロールを使うと、調整したピクチャーコントロールに名前を付けて登録したり、メモリーカードを使って、同じ機種のカメラやピクチャーコントロールに対応するソフトウェアと共用することができます。

ピクチャーコントロールを調整する場合のヒント

ポートレート撮影用にピクチャーコントロールを調整する場合、**〔輪郭強調〕** や **〔コントラスト〕** を強くしすぎると仕上がりが硬くなるので注意しましょう。

撮影する

実際に撮影していきます。

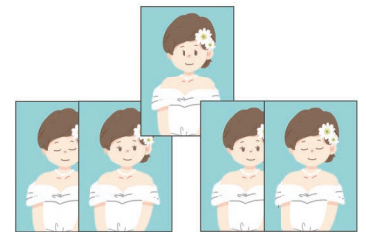
- ポートレート撮影およびウェディングフォト撮影で役に立つテクニックについては、[「撮影のテクニック」\(☞30\)](#)で紹介しています。
- 場所や構図を変更したら、その都度試し撮りをしてどのように写るかを確認しましょう ([☞25](#))。



こんなときは

■ 目つぶりが起きやすい被写体のときは

目つぶりが起きやすい被写体のときは、レリーズモードを「低速連続撮影」や「高速連続撮影」に変更して連続撮影し、その中から気に入ったショットを選ぶとよいでしょう。



■ 静かな雰囲気邪魔したくないときは

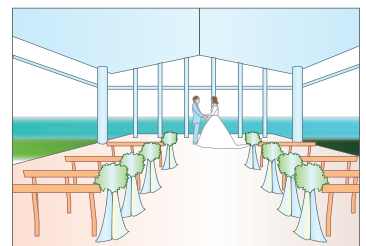
静止画撮影メニュー「サイレント撮影」を「する」にすると、シャッターをきる際の振動をなくして撮影できます。

⚠️ 「サイレント撮影」を「する」にしたときのご注意

- 「サイレント撮影」を「する」に設定していても、完全に無音にはなりません。撮影時に絞りやオートフォーカスなどカメラの動作音がすることがあります（特に絞りを $f/5.6$ よりも絞った（大きい数値にした）場合は、絞りによる動作音がします）。
- フラッシュ撮影はできません。
- 長秒時ノイズ低減は無効になります。
- カスタムメニュー d2 「連続撮影コマ数」の設定にかかわらず、連続撮影のコマ数は制限されません。
- カスタムメニュー d5 「シャッター方式」の設定にかかわらず、電子シャッターを使用します。
- セットアップメニュー「電子音」の設定にかかわらず、ピントが合ったときの電子音とセルフタイマー作動時の電子音は鳴りません。
- レリーズモードが連続撮影の場合、連続撮影速度が変更されます。

■ 奥行きのある構図で撮影するときは

絞りを絞り込んで被写界深度を深くしたり、絞りを開いて被写界深度を浅くすると、ボケ具合が変わり写真の印象も変わります。



レタッチ処理をする

ここではニコンソフトウェア NX Studio を使ったレタッチ処理について紹介します。NX Studio は閲覧、RAW 現像、編集ができるニコン純正のソフトウェアです。ニコンダウンロードセンター (<https://downloadcenter.nikonimglib.com/>) からダウンロードしてインストールできます。



カラーコントロールポイントで明るさや色合いを部分的に調整する

カラーコントロールポイントを使うと、画像の明るさや色合いなどを部分的に調整できます。



カラーブースターで画像の色の彩度を高める

カラーブースターを使うと、彩度を最適に調整し、画像の色の彩度を高めます。

■ 調整対象を [人物] にした場合

人物の印象に影響を与えずに画像の色を鮮やかにします。



■ 調整対象を [風景] にした場合

人物の印象と画像全体の色を鮮やかにします。



撮影のテクニック

この章では、ポートレート/ウェディングフォト撮影で役に立つテクニックを紹介します。



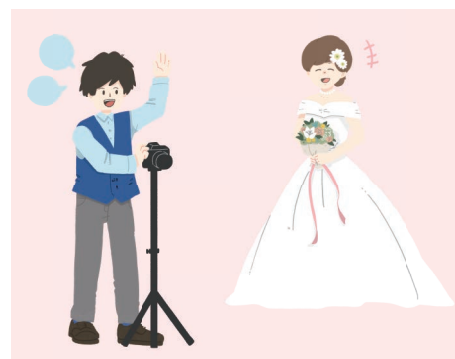
モデルとのコミュニケーションが大事

被写体とのコミュニケーションが大切です。撮影中は適切に指示を出しましょう。また、どのように撮れているかをときどき相手に見てもらいとよいでしょう。



撮影者自身が場を盛り上げる

ポートレート写真において最も重要なのは被写体の表情です。撮影者の気持ちは相手に伝わり写真に投影されますので、撮影者自身が場を盛り上げるように心掛けましょう。その際、マナーを守りながら撮影することも忘れないようにしましょう。



人物以外のイメージカットを撮っておく

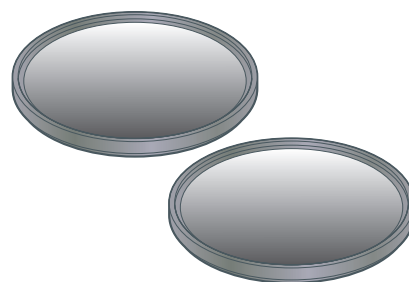
景色や草花、小物など人物以外のイメージカットを撮っておくとよいでしょう。



やわらかいイメージを作るためのアクセサリー

ND フィルターやソフトフォーカスフィルターを使って撮影すると、やわらかいイメージの写真に仕上がります。

- ND フィルターは「減光フィルター」とも呼ばれ、レンズに入る光の量をコントロールできるので低速シャッター表現をしたいときに使います。
- ソフトフォーカスフィルターは、軟調効果を得るために微細な特殊処理を施したフィルターです。適度にやわらかく美しいボケ味の描写が特徴です。



Nikon