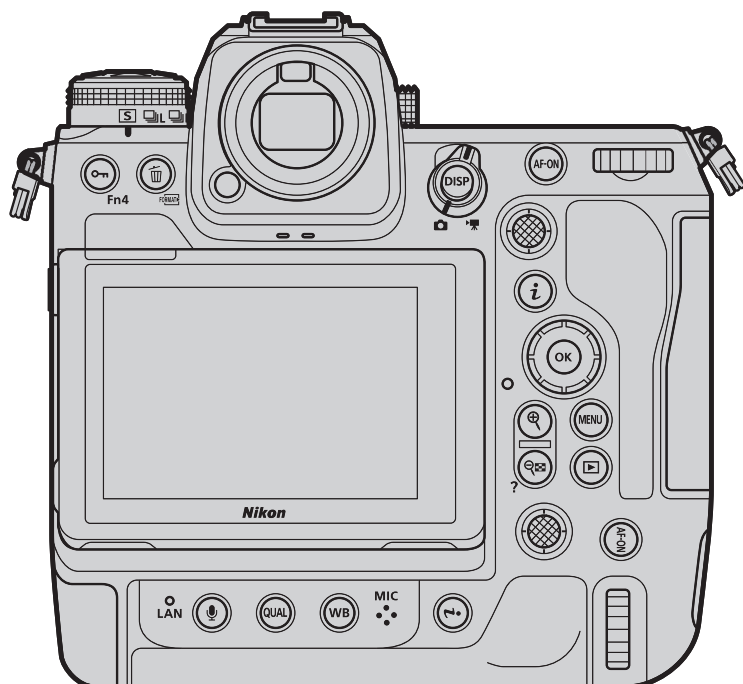


Nikon



Z 9

Professional 推奨設定ガイド - スポーツ AF 編 - Revision 1.0



Jp

目次

スポーツ撮影の AF の基本設定	4
●フォーカスモードを AF-C に！	4
●AF エリアモードを個人競技のときは 3D-トラッキング、団体競技のときはダイナミック AF (S) に！	4
●AF 時の被写体検出設定を [オート] に！	5
●AF ロックオンの [横切りへの反応] を [2] に！	5
●AF ロックオンの [被写体の動き] は [スムーズ] に！	5
AF エリアモードのヒント	6
●AF エリアモードの種類	6
スポーツ撮影の AF に関するカスタムメニューについて	8
●a1：AF-C モード時の優先.....	8
●a3：AF ロックオン	9
●a4：AF 点数.....	9
●a5：縦 / 横位置フォーカスポイント切換	10
●a6：半押し AF レンズ駆動.....	11
●a7：フォーカスポイントの引き継ぎ	12
●a8：AF エリアモードの限定	14
●a9：フォーカスモードの制限.....	14
●a10：フォーカスポイント循環選択	14
●a14：フォーカスポイントの移動速度.....	14
AF に便利なカスタムボタンの割り当てについて	15
●AF に関する機能を割り当てられるボタン	15
●ボタンに割り当てられる AF に関する機能.....	16

撮影競技別の推奨設定	17
●撮影シーン別 AF に関する推奨設定一覧.....	17
●サッカー	18
●体操.....	18
■ ゆか、新体操.....	18
■ 平均台.....	19
■ 跳馬	19
■ つり輪、鉄棒、段違い平行棒.....	19
●陸上競技	20
■ 短距離走 (特定走者を正面から手持ち撮影)	20
■ ハードル走.....	21
■ マラソン (乗り物から撮影)	21
■ 砲丸投、円盤投、ハンマー投、やり投 (遠方正面から撮影)	21
■ 走幅跳、三段跳、棒高跳 (正面から撮影).....	22
■ 走高跳.....	22
●水泳.....	23
■ 競泳	23
■ 飛込	24
■ アーティスティックスイミング	24
●卓球.....	25
●BMX・スケートボード.....	25
●モータースポーツ	25

スポーツ撮影の AF の基本設定

スポーツ撮影をするための AF の基本設定は次の通りです。

フォーカスモード	AF-C	
AF エリアモード	個人競技のとき：3D-トラッキング 団体競技のとき：ダイナミック AF (S)	
静止画撮影メニュー		
AF 時の被写体検出設定	[オート]	
カスタムメニュー		
a1： AF-C モード時の優先	[リリース]	
a3： AF ロックオン	横切りへの反応	[2]
	被写体の動き	[スムーズ]
a9： フォーカスモードの制限	[コンティニュアス AF]	

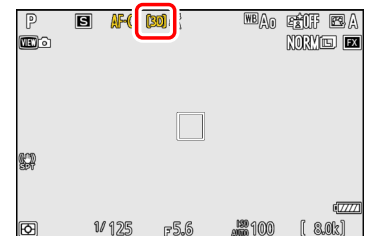
フォーカスモードを AF-C に！

AF-ON ボタンを押している間、またはシャッターボタンを半押ししている間は常にピントを合わせ続けるモードです。



AF エリアモードを個人競技のときは 3D-トラッキング、団体競技のときはダイナミック AF (S) に！

個人競技のときは AF エリアモードを 3D-トラッキングに設定することをおすすめします。特定の被写体にフォーカスポイントを追尾させることができます。



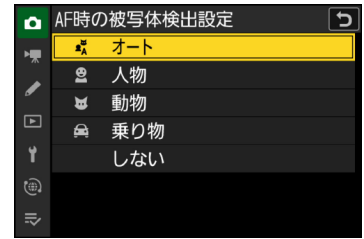
団体競技のときは AF エリアモードをダイナミック AF (S) に設定することをおすすめします。撮影したい被写体が入れ変わった場合でも素早くピントを合わせることができます。



AF 時の被写体検出設定を [オート] に！

カメラが人物、乗り物および動物を被写体として検出し、ピントを合わせる対象を自動的に選択します。

- AF エリアモードがワイドエリア AF (S)、ワイドエリア AF (L)、ワイドエリア AF (C1)、ワイドエリア AF (C2)、3D-トラッキング、およびオートエリア AF の場合に有効です。

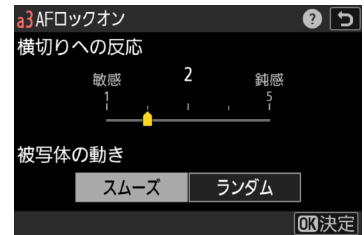


AF ロックオンの [横切りへの反応] を [2] に！

敏感側に設定することで、撮影対象の被写体が頻繁に切り替わる場合にも素早く対応できます。

AF ロックオンの [被写体の動き] は [スムーズ] に！

幅広い被写体に対応できます。



🔔 競技別の推奨設定について

各競技における最適な AF の設定は、[「撮影競技別の推奨設定」\(P.17\)](#) を参照してください。


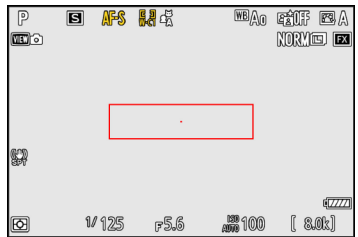
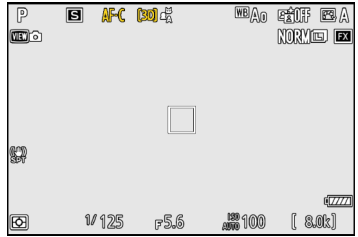
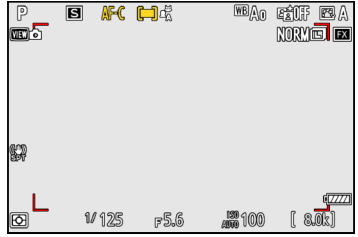
AF エリアモードのヒント

AF エリアモードの種類

フォーカスモードを AF-C に設定している場合、8 種類の AF エリアモードを選択できます。

AF エリアモード		説明	画像モニター
[C]	シングルポイント AF	選んだフォーカスポイントだけを使ってピント合わせをします。	
[S]	ダイナミック AF (S)	AF 開始時、撮影者が選んだフォーカスポイントでピント合わせを行います。その後、選んだフォーカスポイントから一時的に被写体が外れた場合にも、周辺のピント情報を利用してピント合わせを行う設定です。選んだフォーカスポイントでピントが合いにくい場合や、被写体の動きが激しく、1つのフォーカスポイントだけではとらえ続けることが難しい場合に有効です。	
[M]	ダイナミック AF (M)	●被写体の占める面積が大きい場合や、被写体の動きが速く複雑な場合は、ピントを合わせる範囲を広くすることをおすすめします。	
[L]	ダイナミック AF (L)		
[WIDE-S]	ワイドエリア AF (S)	シングルポイント AF よりも広い範囲で被写体をとらえてピント合わせを行います。	
[WIDE-L]	ワイドエリア AF (L)		

AF エリアモードのヒント

AF エリアモード		説明	画像モニター
[W-C1] [W-C2]	ワイドエリア AF (C1) ワイドエリア AF (C2)	<p>ピント合わせを行う AF エリアのサイズを、フォーカスポイントの縦と横の数で 20 パターンから設定できます。</p> <ul style="list-style-type: none"> フォーカスモードボタンを押しながらマルチセレクターの  を押しと AF エリアのサイズを変更できます。 AF エリアのサイズは、静止画撮影メニュー [AF エリアモード] の [ワイドエリア AF (C1)] または [ワイドエリア AF (C2)] でも設定できます。 	 <p>13 × 3</p>
[3D]	3D-トラッキング	<p>被写体の動きに合わせてフォーカスポイントを追尾させることができます。静止画モードの場合のみ選べます。</p> <ul style="list-style-type: none"> 追尾させたい被写体にフォーカスポイントを合わせ、AF-ON ボタンを押すか、シャッターボタンを半押しすると被写体の追尾を開始し、被写体の動きに合わせてフォーカスポイントが移動します。 AF-ON ボタンまたはシャッターボタンを放すと追尾を終了してフォーカスポイントが追尾を開始する前の位置に戻ります。 カメラが途中で被写体を見失ってしまった場合は、いったんシャッターボタンを放して、もう一度フォーカスポイントで被写体にピントを合わせてください。 	
[■]	オートエリア AF	<p>主要被写体と思われる場所のフォーカスポイントをカメラが自動で選択し、ピント合わせを行います。</p>	

🔧 ピントを合わせたい範囲が限られている場合

ワイドエリア AF (C1) またはワイドエリア AF (C2) に設定し、AF エリアのサイズを必要な範囲だけに変更しておくことで便利です。

🔧 3D-トラッキングについてのご注意

追尾中の被写体が隠れたり、画面から外れた場合、追尾動作が正常に行われなくなることがあります。

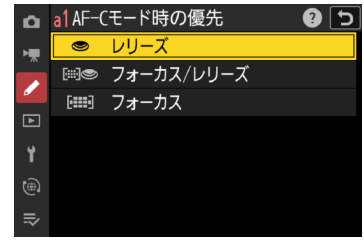
🔧 フォーカスモードを素早く移動するには

- カスタムメニュー a4 [AF 点数] を [スキップ] に設定することをおすすめします [\(M9\)](#)。
- フォーカスポイントの移動を主にサブセレクターで行っている場合、カスタムメニュー f2 [カスタムボタンの機能 (撮影)] > [サブセレクター中央] で [フォーカスポイント中央リセット] に設定しておくことで、フォーカスポイントを素早く画面中央に戻すことができます [\(M15\)](#)。

スポーツ撮影の AF に関する カスタムメニューについて

a1 : AF-C モード時の優先

ピントの状態とレリーズのタイミングのどちらを優先するかを設定できます。



シャッターボタンを
全押しした時



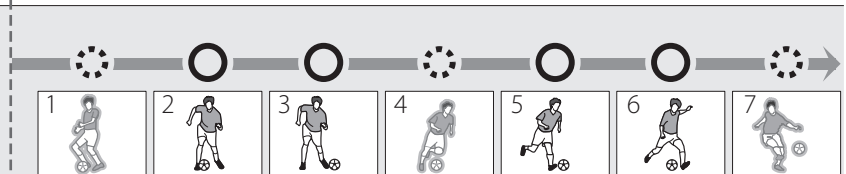
⦿ ピントが合っていない状態

○ ピントが合っている状態

□ 撮影できた画像 (左上の数字はコマ数を表しています)

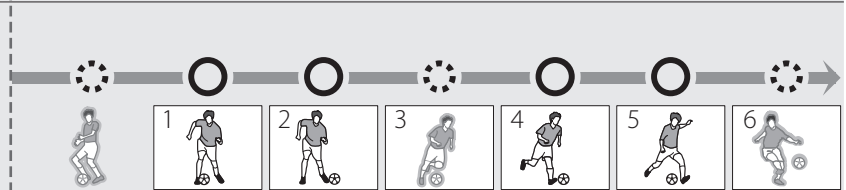
👁️ レリーズ

ピント状態に関係なく、レリーズのタイミングを優先してシャッターをきることができます。連続撮影する場合にも連続撮影速度を維持します。



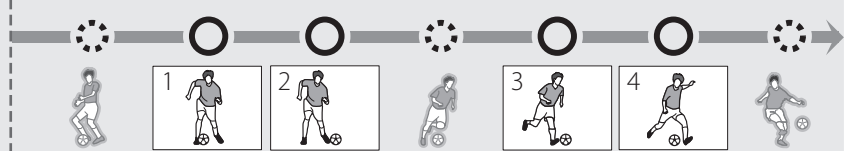
👁️ フォーカス/レリーズ

1コマ目はレリーズのタイミングが遅れることもありますが、1コマ目からピントの合った撮影が可能になります。連続撮影時には2コマ目以降からレリーズのタイミングを優先し、連続撮影速度を維持します。



👁️ フォーカス

ピントの状態を優先するため、ピントが合うまでシャッターがきれませんが、ピントの合う割合が向上します。



※この図はレリーズの正確なタイミングを表すものではありません。

スポーツ撮影の AF に関するカスタムメニューについて

a3 : AF ロックオン

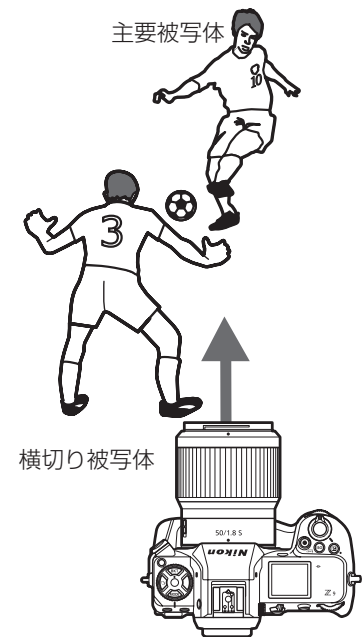
[横切りへの反応] と [被写体の動き] の 2 種類の設定があります。



■ 横切りへの反応

フォーカスモードを AF-C に設定している場合、ピント合わせをしている被写体が横切り被写体によってとらえることができなくても一定時間ピントの位置を維持します。被写体とカメラの間を障害物が横切るような撮影など、意図に反して障害物にピント合わせを行うことを防止できます。追従するピント合わせの切り替えを開始するまでの時間が短い順に [1 (敏感)]、[2]、[3]、[4]、[5 (鈍感)] の 5 段階になります。

- 主要被写体のそばの物体には追従してピント合わせを行います。
- 鈍感側に設定すると、主要被写体との間に横切り被写体が横切っても、撮影対象の主要被写体にピントを合わせ続けます。敏感側に設定すると、撮影対象の主要被写体との間に横切り被写体が横切ったときに素早くピント合わせの対象を切り換えることができます。頻繁に被写体を切り換えたい場合に便利です。
- [横切りへの反応] は AF 作動中に有効です。撮影中の被写体から距離の離れた別の被写体に瞬時に切り替えて撮影したい場合には、再度 AF をし直すことをおすすめします。



■ 被写体の動き

被写体がどのような動きをしているかを選択することによって、ピントの追従性を向上させます。

- スピードスケートやモータースポーツなど、一定の速さでカメラに向かってくる被写体を撮影する場合は [スムーズ] に設定してください。
- 走幅跳や三段跳など、カメラに向かってくる速度が急激に変化する被写体を撮影する場合は [ランダム] に設定してください。

a4 : AF 点数

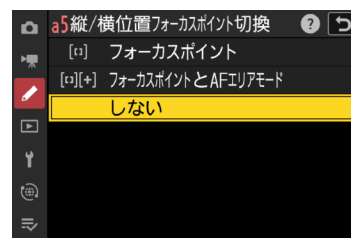
選択可能なフォーカスポイントの数を変更できます。

- [スキップ] に設定すると、[全点] に比べてフォーカスポイントが約 1/4 になるため素早く移動できます。AF エリアモードがピンポイント AF の場合は [スキップ] に設定しても選べるフォーカスポイントの数は変化しません。
- AF エリアモードがオートエリア AF 以外の場合に有効です。

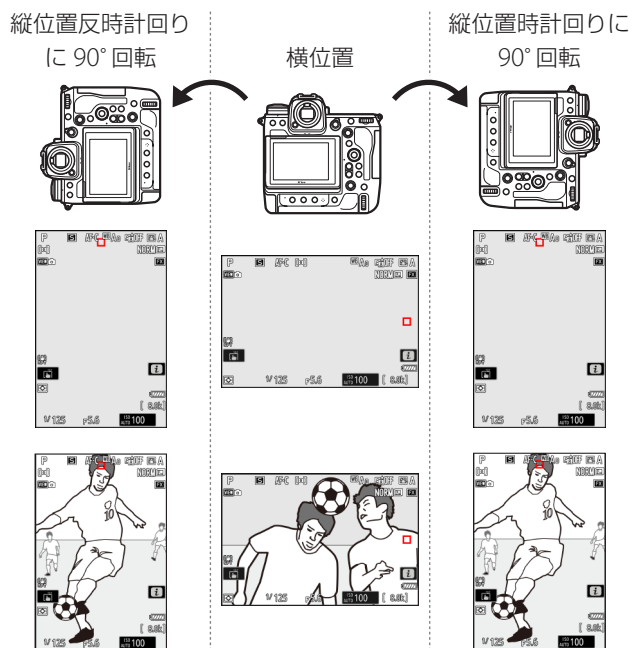
スポーツ撮影の AF に関するカスタムメニューについて

a5：縦 / 横位置フォーカスポイント切換

カメラの横位置と縦位置を切り換えたときに、選択したフォーカスポイントと AF エリアモードを姿勢ごとに保持できます。カメラの姿勢を変えてもフォーカスポイントを設定し直さなくてもよいため、撮影に専念できます。設定は [フォーカスポイント]、[フォーカスポイントと AF エリアモード] または [しない] から選べます。

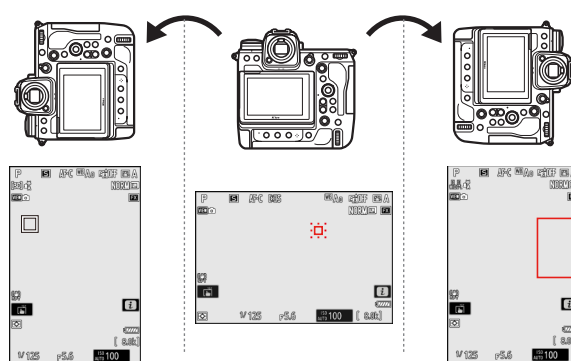


- [フォーカスポイント] に設定すると、横位置と時計回りの縦位置、反時計回りの縦位置で個別にフォーカスポイントを保持できます。設定後、フォーカスポイントを移動すると、そのフォーカスポイントの位置が自動的に保持されます。一度 [しない] に設定すると、フォーカスポイントはカメラの位置に関係なく中央にリセットされます。



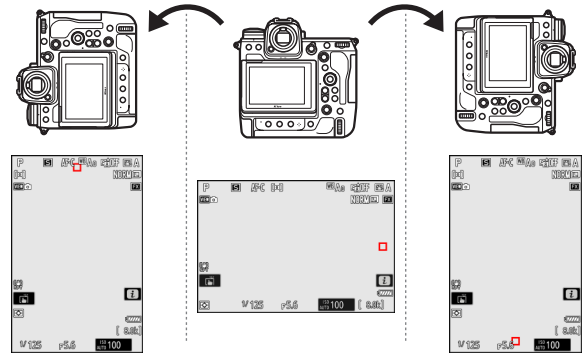
- [フォーカスポイントと AF エリアモード] に設定した場合、フォーカスポイントに加えて AF エリアモードも個別に保持できます。設定後、フォーカスポイントを移動したり AF エリアモードを設定したりすると、そのフォーカスポイントの位置または AF エリアモードが自動的に保持されます。

- 図の例では、カメラが横位置の場合はダイナミック AF (S)、縦位置反時計回りに 90° 回転した場合は 3D-トラッキング、縦位置時計回りに 90° 回転した場合はワイドエリア AF (L) になるように設定しています。




スポーツ撮影の AF に関するカスタムメニューについて

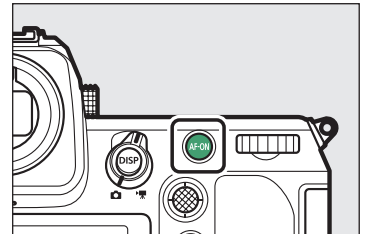
- [しない] に設定した場合、横位置と縦位置で同じフォーカスポイントおよび AF エリアモードを使います。



a6：半押し AF レンズ駆動

[しない] に設定すると、シャッターボタンを半押ししてもピント合わせの動作を行いません。リリースとピント合わせをそれぞれ独立して行うことができます。

- ピント合わせは **AF-ON** ボタンまたはカスタムメニュー f2 [カスタムボタンの機能 (撮影)] で [AF-ON] を割り当てたボタンで行い、リリースはシャッターボタンで行います。
- ピントを固定してシャッターをきりたいときや、被写体の手前に障害物が入り込んできたときなど、オートフォーカスの駆動を止めたい場合は **AF-ON** ボタンを放すことで AF ロック状態になります。
- [しない] を選んでマルチセクターの  を押しと、[非合焦時のリリース] を設定できます。スポーツ撮影時は [許可] に設定していることを確認してください。



レンズのボタンを使用してピント合わせを行うには

L-Fn ボタンおよび L-Fn2 ボタンのあるレンズを使用する場合、カスタムメニュー f2 [カスタムボタンの機能 (撮影)] の [L-Fn レンズの Fn ボタン] または [L-Fn2 レンズの Fn2 ボタン] に [AF-ON] を割り当てます ([図 15](#))。

フォーカス作動設定スイッチのある F マウントレンズについて

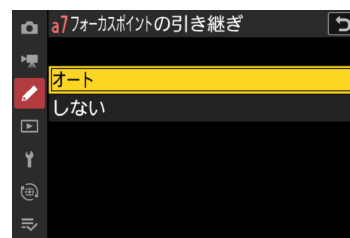
マウントアダプターを使用してフォーカス作動設定スイッチのある F マウントレンズを装着する場合、フォーカス作動設定スイッチを **AF-ON** に合わせると、フォーカス作動ボタンをカメラの **AF-ON** ボタンと同様に使用できます。フォーカス作動設定スイッチのあるレンズは次のとおりです (2022 年 4 月現在)。

- AF-S NIKKOR 800mm f/5.6E FL ED VR
- AF-S NIKKOR 600mm f/4G ED VR
- AF-S NIKKOR 600mm f/4E FL ED VR
- AF-S NIKKOR 500mm f/4G ED VR
- AF-S NIKKOR 500mm f/4E FL ED VR
- AF-S NIKKOR 500mm f/5.6E PF ED VR
- AF-S NIKKOR 400mm f/2.8G ED VR
- AF-S NIKKOR 400mm f/2.8E FL ED VR
- AF-S NIKKOR 300mm f/2.8G ED VR II
- AF-S NIKKOR 200mm f/2G ED VR II
- AF-S NIKKOR 70-200mm f/2.8E FL ED VR
- AF-S NIKKOR 120-300mm f/2.8E FL ED SR VR
- AF-S NIKKOR 180-400mm f/4E TC1.4 FL ED VR
- AF-S NIKKOR 200-400mm f/4G ED VR II

スポーツ撮影の AF に関するカスタムメニューについて

a7：フォーカスポイントの引き継ぎ

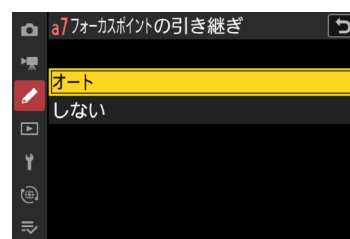
カスタムメニュー f2 [カスタムボタンの機能 (撮影)] で任意のボタンに [AF エリアモード] または [AF エリアモード + AF-ON] を割り当てている場合はボタンを押している間だけ AF エリアモードが切り替わります。このとき、[フォーカスポイントの引き継ぎ] を [オート] に設定しておくことで、切り替え前に選ばれていたフォーカスポイントが引き継がれます。



■ [フォーカスポイントの引き継ぎ] の使用例

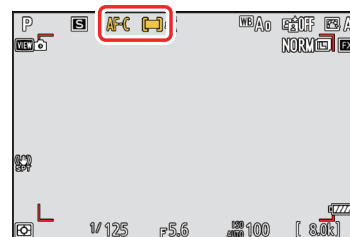
ここでは切り替え前の AF エリアモードをオートエリア AF に設定し、Fn1 ボタンを押している間はダイナミック AF (S) に切り替わるように設定します。

- 1 カスタムメニュー a7 [フォーカスポイントの引き継ぎ] を [オート] に設定する



- 2 通常使用する AF エリアモードを設定する

- ここでは [オートエリア AF] に設定しています。
- フォーカスモードは AF-C に設定してください。



- 3 カスタムメニュー f2 [カスタムボタンの機能 (撮影)] で任意のボタンに [AF エリアモード] または [AF エリアモード + AF-ON] を割り当てる

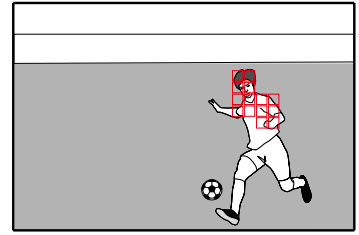
- ここでは Fn1 ボタンに [AF エリアモード] を割り当てています。
- ボタンを押している間の AF エリアモードは [ダイナミック AF (S)] に設定します。



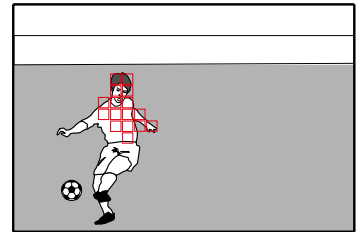
スポーツ撮影の AF に関するカスタムメニューについて

4 シャッターボタンを半押しまたは **AF-ON** ボタンを押して被写体にピントを合わせる

- カメラが自動的に全てのフォーカスポイントから被写体を判別してピントを合わせます。

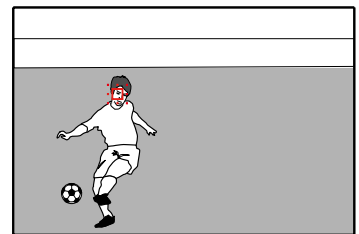


- シャッターボタンを半押しまたは **AF-ON** ボタンを押している間は、被写体を判別しながらフォーカスポイントが移動します。

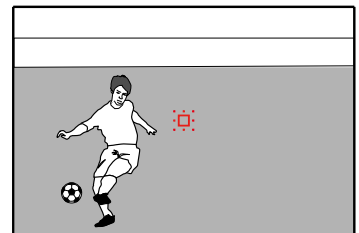


5 Fn1 ボタンを押して AF エリアモードを切り替える

- カスタムメニュー a7 [フォーカスポイントの引き継ぎ] を [オート] に設定している場合、現在のフォーカスポイントの位置をキープしたままダイナミック AF (S) に切り替わります。



- [しない] に設定している場合は、Fn1 ボタンを押して AF エリアモードを切り換えてもオートエリア AF で判別したフォーカスポイントの位置を引き継ぎません。

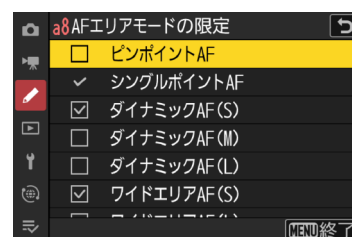


スポーツ撮影の AF に関するカスタムメニューについて

a8 : AF エリアモードの限定

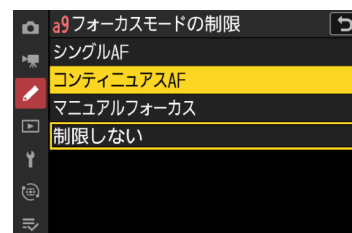
AF エリアモードを限定し、意図しない設定で撮影することを防ぎます。

- たとえば [ダイナミック AF (S)] と [ワイドエリア AF (S)] に を入れると、シングルポイント AF、ダイナミック AF (S) またはワイドエリア AF (S) のみ選べるようになります。
- [シングルポイント AF] の は外せません。




a9 : フォーカスモードの制限

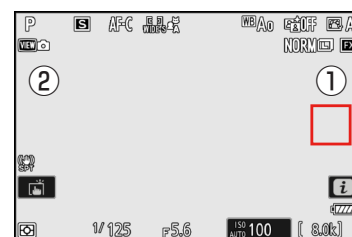
フォーカスモードを制限できます。スポーツ撮影で AF-C だけを使用する場合、ここを [コンティニユアス AF] に設定しておけば、誤操作で AF-S や MF に設定変更してしまうことを防止できます。



a10 : フォーカスポイント循環選択

フォーカスポイントをマルチセレクターで選ぶときに、上下左右端で循環するように設定できます。フォーカスポイントの位置を頻繁に大きく移動する場合に便利です。

- [ON] に設定すると、たとえば右端のフォーカスポイント (①) を選んでいるときにマルチセレクターの  を押すと、反対側の端のフォーカスポイント (②) に移動します。



a14 : フォーカスポイントの移動速度

マルチセレクターやサブセレクターを使用してフォーカスポイントを選ぶ場合のフォーカスポイント移動速度を選べます。



AF に便利なカスタムボタンの割り当てについて

カスタムメニュー f2 [カスタムボタンの機能 (撮影)] でカメラの Fn ボタンや AF-ON ボタンなどに任意の機能を割り当てられます。各ボタンに AF に関する機能を割り当てることもできます。

AF に関する機能を割り当てられるボタン

各ボタンに割り当てられるオートフォーカスに関する機能は次の通りです。

	Fn1	Fn2	Fn3	Fn	Fn4	AF-ON	◎	OK	音声	QUAL	縦位置マルチセレクト	縦位置 AF-ON	動画撮影	L-Fn	L-Fn2	Fn	Fn	MSET
PRE [PRE] プリセット フォーカスポイント	●	●	●	—	—	●	●	●	—	—	●	●	—	●	●	—	—	—
RESET フォーカスポイント 中央リセット	—	—	—	—	—	●	●	●	—	—	●	●	—	—	—	—	—	—
FOCUS フォーカス位置の登録	●	●	●	—	—	●	●	—	—	—	●	●	—	●	●	●	●	●
FOCUS フォーカス位置の呼び出し	●	●	●	—	—	●	●	—	—	—	●	●	—	●	●	●	●	●
[AF] AF エリアモード	●	●	●	—	—	●	●	—	—	—	●	●	—	●	●	—	—	—
[AF] AF エリアモード + AF-ON	●	●	●	—	—	●	●	—	—	—	●	●	—	●	●	—	—	—
AF-ON AF-ON	●	●	●	—	—	●	●	—	—	—	●	●	—	●	●	—	—	—
AF AF-L	●	●	●	—	—	●	●	—	—	—	●	●	—	●	●	—	—	—
AE-L/AE-L AE-L/AF-L	●	●	●	—	—	●	●	—	—	—	●	●	—	●	●	—	—	—
AF/+ AF フォーカスモード / AF エリアモード	●	●	●	●	●	—	—	—	●	●	—	—	●	—	—	—	—	—

凡例： Fn1 : Fn1 ボタン、 Fn2 : Fn2 ボタン、 Fn3 : Fn3 ボタン、 Fn : 縦位置 Fn ボタン、 Fn4 : プロテクト/Fn4 ボタン、 AF-ON : AF-ON ボタン、 ◎ : サブセクター中央、 OK : OK ボタン、 音声 : 音声ボタン、 QUAL : QUAL ボタン、 縦位置マルチセレクト : 縦位置マルチセクター中央、 縦位置 AF-ON : 縦位置 AF-ON ボタン、 動画撮影 : 動画撮影ボタン、 L-Fn : レンズの Fn ボタン、 L-Fn2 : レンズの Fn2 ボタン、 Fn : レンズの Fn リング (右回し)、 Fn : レンズの Fn リング (左回し)、 MSET : レンズのメモリーセットボタン

🔧 レンズの L-Fn ボタンおよび L-Fn2 ボタンについて










L-Fn ボタンおよび L-Fn2 ボタンのあるレンズをお使いの場合、[L-Fn レンズの Fn ボタン]、[L-Fn2 レンズの Fn2 ボタン] で機能を割り当てられます。L-Fn ボタンおよび L-Fn2 ボタンのあるレンズは次のとおりです (2022 年 4 月現在)。

- L-Fn ボタンがあるレンズ
 - NIKKOR Z 14-24mm f/2.8 S
 - NIKKOR Z 24-70mm f/2.8 S
 - NIKKOR Z 50mm f/1.2 S
 - NIKKOR Z 58mm f/0.95 S Noct
 - NIKKOR Z MC 105mm f/2.8 VR S
- L-Fn ボタンおよび L-Fn2 ボタンがあるレンズ
 - NIKKOR Z 70-200mm f/2.8 VR S
 - NIKKOR Z 100-400mm f/4.5-5.6 VR S
 - NIKKOR Z 400mm f/2.8 TC VR S
 - NIKKOR Z 800mm f/6.3 VR S

AF に便利なカスタムボタンの割り当てについて

ボタンに割り当てられる AF に関する機能

カスタムメニュー f2 [カスタムボタンの機能 (撮影)] で各ボタンに割り当てられる機能のうち、オートフォーカスに関する機能は次の通りです。

PRE [☺] プリセットフォーカスポイント	<p>ボタンを押すと、あらかじめ設定した位置のフォーカスポイント (プリセットフォーカスポイント) が選ばれます。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● プリセットフォーカスポイントを設定するには、設定したい位置にフォーカスポイントを移動して、フォーカスポイントが点滅するまでフォーカスモードボタンを押しながら割り当てたボタンを長押しします。 ● a5 [縦 / 横位置フォーカスポイント切換] を [しない] 以外に設定した場合、カメラの横位置と時計回りの方向の縦位置、反時計回りの方向の縦位置で個別にプリセットフォーカスポイントを設定できます。 ● [プリセットフォーカスポイント] を選んでマルチセレクターの  を押すと、割り当てたボタンを押したときの動作を設定できます。 <ul style="list-style-type: none"> - [AF ポイントを移動] : ボタンを押すと、プリセットフォーカスポイントに移動します。 - [押している間のみ移動] : ボタンを押している間のみプリセットフォーカスポイントが選ばれます。ボタンを放すと、元のフォーカスポイントの位置に戻ります。
RESET フォーカスポイント中央リセット	<p>ボタンを押すと、フォーカスポイントが撮影画面中央に戻ります。</p>
 FOCUS フォーカス位置の登録	<p>あらかじめレンズにピント位置 (フォーカス位置) を登録して、素早く呼び出すメモリーリコールの機能が使用できます。決まったピント位置で頻繁に撮影する場合に便利です。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ピント位置の登録は [フォーカス位置の登録] を割り当てたボタンを長押しして行います。[フォーカス位置の呼び出し] を割り当てたボタンを押すと、登録したピント位置にセットされます。 ● [フォーカス位置の呼び出し] は複数のボタンに割り当てられます。割り当てたどのボタンを押しても同じピント位置にセットする [一括登録] と、割り当てたボタンごとに異なるピント位置をセットする [個別登録] があります。
 FOCUS フォーカス位置の呼び出し	<p>ボタンを押している間、設定した AF エリアモードに変更します。ボタンを放すと、元の AF エリアモードに戻ります。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● [AF エリアモード] を選んで  を押すと、AF エリアモードを選べます。
 AF エリアモード + AF-ON	<p>ボタンを押している間、設定した AF エリアモードに変更され、ピント合わせも行います。ボタンを放すと、元の AF エリアモードに戻ります。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● [AF エリアモード + AF-ON] を選んで  を押すと、AF エリアモードを選べます。
 AF-ON	<p>ボタンを押すと、AF-ON ボタンを押したときと同様にカメラが自動的に被写体にピントを合わせます。</p>
 AF-L	<p>ボタンを押している間、フォーカスロックを行います。</p>
 AE-L/AF-L	<p>ボタンを押している間、AE ロックとフォーカスロックを同時に行います。</p>
AF/[+] フォーカスモード / AF エリアモード	<p>ボタンを押しながらメインコマンドダイヤルを回すとフォーカスモード、サブコマンドダイヤルを回すと AF エリアモードの設定を変更できます。</p>

撮影競技別の推奨設定

撮影シーン別 AF に関する推奨設定一覧

撮影シーン別の AF に関する推奨設定は次の通りです。

- フォーカスモードはすべての競技で AF-C をおすすめします。
- 静止画撮影メニュー [AF 時の被写体検出設定] はすべての競技で [オート] をおすすめします。
- カスタムメニュー a1 [AF-C モード時の優先] はすべての競技で [リリース] をおすすめします。

撮影競技	AF エリアモード	カスタムメニュー			
		a3		a5	
		横切りへの反応	被写体の動き		
サッカー (a18)	ダイナミック AF (S) またはワイドエリア AF (C1)	2	スムーズ	フォーカスポイント	
体操	ゆか、新体操 (a18)	オートエリア AF	—	—	
	平均台 (a19)	3D-トラッキング			
	跳馬 (a19)	オートエリア AF			
	つり輪、鉄棒、段違い平行棒 (a19)	3D-トラッキング			
陸上競技	短距離走 (特定走者を正面から手持ち撮影) (a20)	3D-トラッキングまたはワイドエリア AF (C1)	—	—	フォーカスポイント
	ハードル走 (a21)				
	マラソン (乗り物から撮影) (a21)	ダイナミック AF (S)	3	スムーズ	
	砲丸投、円盤投、ハンマー投、やり投 (遠方正面から撮影) (a21)	オートエリア AF	—	—	—
	走幅跳、三段跳、棒高跳 (正面から撮影) (a22)	オートエリア AF またはワイドエリア AF (C1)			
	走高跳 (a22)	ワイドエリア AF (L)			
水泳	競泳 (a23)	ワイドエリア AF (C1) またはダイナミック AF (S)	2	スムーズ	—
	飛込 (a24)	オートエリア AF またはワイドエリア AF (C1)	—	—	
	アーティスティックスイミング (a24)	ワイドエリア AF (S) またはワイドエリア AF (L)			
卓球 (a25)	3D-トラッキングまたはワイドエリア AF (C1)	—	—	—	
BMX・スケートボード (a25)	オートエリア AF またはワイドエリア AF (C1)	—	—	フォーカスポイント	
モータースポーツ (a25)	3D-トラッキングまたはワイドエリア AF (C1)	—	—	フォーカスポイント	

カスタムメニュー：a3 [AF ロックオン] ([a9](#))、a5 [縦 / 横位置フォーカスポイント切替] ([a10](#))

🚫 主要被写体の周囲の被写体にピントが合う場合

主要な被写体の周囲にある被写体に意図せずピントが合ってしまう場合、ワイドエリア AF (C1) またはワイドエリア AF (C2) に設定し、AF エリアのサイズを必要な範囲だけに変更しておくとう便利です。

🚫 手ブレ補正について

静止画撮影メニューの [手ブレ補正] を [スポーツ] に設定すると、ファインダー像が安定して被写体を追やすくなります。

🚫 手ブレ補正切り換えスイッチのある F マウントレンズについて

マウントアダプターを使用して手ブレ補正切り換えスイッチのある F マウントレンズを装着している場合、静止画撮影メニュー [手ブレ補正] はグレーで表示されて選べません。レンズで手ブレ補正の設定を行ってください。

撮影競技別の推奨設定

サッカー

フォーカスモード	AF-C	
AF エリアモード	ダイナミック AF (S) または ワイドエリア AF (C1)	
カスタムメニュー		
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]	
a3 : AF ロックオン	横切りへの反応	[2]
	被写体の動き	[スムーズ]
a5 : 縦 / 横位置フォーカスポイント切換	[フォーカスポイント]	

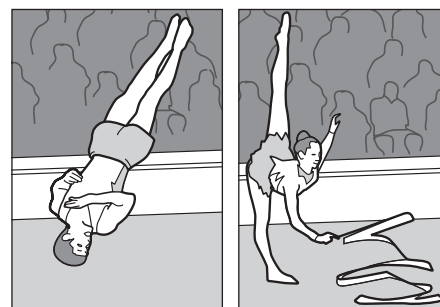


- サッカーでは被写体の手前を別の被写体が横切ったり、頻繁に主要被写体を遠くと近くで切り換えるなどさまざまなケースが発生しますが、上記の設定で幅広いケースに対応できます。
- 遠くで多くの選手が密集する中で特定の選手だけを狙いたい場合は、ワイドエリア AF (C1) に設定して AF エリアのサイズを 1 × 1 や 1 × 3 のような狭い範囲に限定することをおすすめします。

体操

■ ゆか、新体操

フォーカスモード	AF-C
AF エリアモード	オートエリア AF
カスタムメニュー	
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]

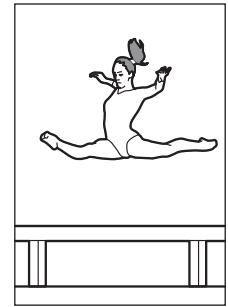


- 構図を優先して撮影したい場合はオートエリア AF をおすすめします。
- カメラの縦位置と横位置を瞬時に切り換えて撮影する場合は、あらかじめ a5 [縦 / 横位置フォーカスポイント切換] で [フォーカスポイントと AF エリアモード] に設定し、横位置、時計回りの縦位置、反時計回りの縦位置でそれぞれのフォーカスポイントの位置や AF エリアモードを設定しておくとう便利です (□10)。
- フォーカスポイントの位置を頻繁に変える場合は、a4 [AF 点数] で [スキップ] に設定しておくとう便利です。フォーカスポイントの数が少なくなるため、フォーカスポイント間をすばやく移動することができます (□9)。

■ 平均台

フォーカスモード	AF-C
AF エリアモード	3D-トラッキング
カスタムメニュー	
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]
a5 : 縦 / 横位置フォーカスポイント切換	[フォーカスポイントと AF エリアモード]

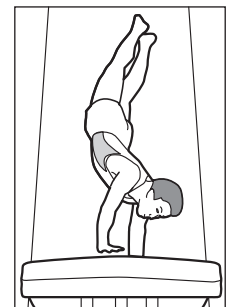
カメラの縦位置と横位置を瞬時に切り換えて撮影する場合は、あらかじめ a5 [縦 / 横位置フォーカスポイント切換] で [フォーカスポイントと AF エリアモード] に設定し、横位置、時計回りの縦位置、反時計回りの縦位置でそれぞれのフォーカスポイントの位置や AF エリアモードを設定しておくとう便利です (10)。



■ 跳馬

フォーカスモード	AF-C
AF エリアモード	オートエリア AF
カスタムメニュー	
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]

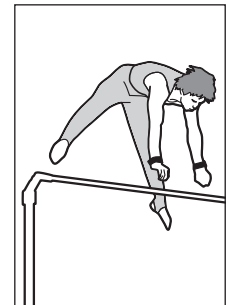
オートエリア AF を使用すると、カメラが自動的にフォーカスポイントを選択してピントを合わせるため、構図に集中して撮影できます。



■ つり輪、鉄棒、段違い平行棒

フォーカスモード	AF-C
AF エリアモード	3D-トラッキング
カスタムメニュー	
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]

被写体の姿勢の変化が大きく、近くに競技器具がある場合は、3D-トラッキングの使用をおすすめします。



撮影競技別の推奨設定

陸上競技

■ 短距離走 (特定走者を正面から手持ち撮影)

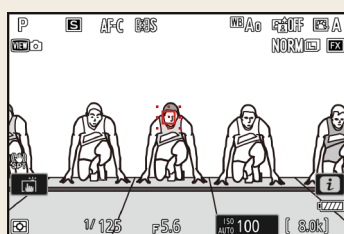
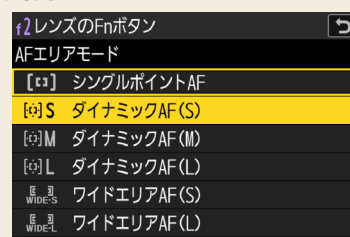
フォーカスモード	AF-C
AF エリアモード	3D- トラッキングまたは ワイドエリア AF (C1)
カスタムメニュー	
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]
a5 : 縦 / 横位置フォーカスポイント切換	[フォーカスポイント]



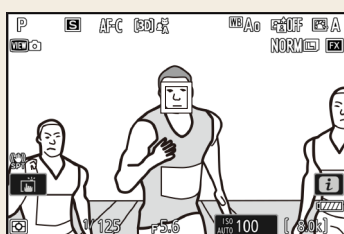
- 遠くのスタート位置にいる選手を撮影する場合は、ダイナミック AF (S) がおすすめです。
- カメラを横位置で撮影する場合、ワイドエリア AF (C1) に設定して AF エリアのサイズを 19×3 や 13×3 のような横長の形状に設定すると、横一線に並んだ選手の中で最も手前の選手にピントを合わせます。静止画撮影メニューの [AF 時の被写体検出設定] は [オート] または [人物] に設定しておくことをおすすめします。
- ゴール後にカメラの縦位置と横位置を瞬時に切り換えて撮影する場合は、あらかじめ a5 [縦 / 横位置フォーカスポイント切換] で [フォーカスポイントと AF エリアモード] に設定し、横位置、時計回りの縦位置、反時計回りの縦位置でそれぞれのフォーカスポイントの位置や AF エリアモードを設定しておくことで便利です ([図10](#))。

🔗 レンズの L-Fn ボタンまたは L-Fn2 ボタンに [AF エリアモード] を割り当てる場合の使用例

- f2 [カスタムボタンの機能 (撮影)] > [Fn レンズの Fn ボタン] または [Fn2 レンズの Fn2 ボタン] の [AF エリアモード] で [ダイナミック AF (S)] または [ワイドエリア AF (C1)] を割り当てておくと、スタートの瞬間だけレンズの L-Fn ボタンまたは L-Fn2 ボタンを押してダイナミック AF (S) またはワイドエリア AF (C1) に切り換えて撮影し、選手が走っているときは 3D- トラッキングで撮影するというような使い方ができます ([図15](#))。



ダイナミック AF (S) または
ワイドエリア AF (C1)
(遠くにいる被写体を撮影する)

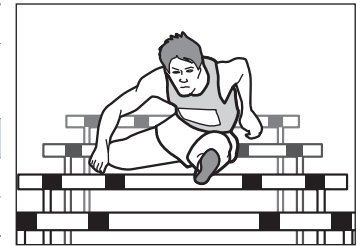


3D- トラッキング
(近づいてきた被写体を撮影する)

- AF エリアモードは、Fn1 ボタン、Fn2 ボタン、Fn3 ボタン、AF-ON ボタン、サブセレクター中央、縦位置マルチセレクター中央、縦位置 AF-ON ボタンにも割り当てられます ([図15](#))。

■ ハードル走

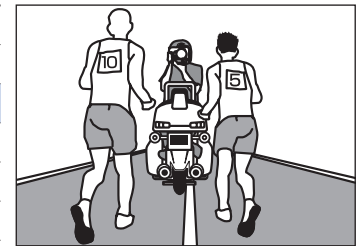
フォーカスモード	AF-C
AF エリアモード	3D-トラッキングまたは ワイドエリア AF (C1)
カスタムメニュー	
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]
a5 : 縦 / 横位置フォーカスポイント切換	[フォーカスポイント]



- 選手の手前にあるハードルにピントが合ってしまった場合は、主要な被写体に AF し直すことで瞬時にピントを戻すことができます。
- ハードルにピントが合わないようにするには、ワイドエリア AF (C1) に設定し、AF エリアのサイズを必要な範囲だけに変更してください。
- ゴール後にカメラの縦位置と横位置を瞬時に切り換えて撮影する場合は、あらかじめ a5 [縦 / 横位置フォーカスポイント切換] で [フォーカスポイントと AF エリアモード] に設定し、横位置、時計回りの縦位置、反時計回りの縦位置でそれぞれのフォーカスポイントの位置や AF エリアモードを設定しておくくと便利です (□10)。

■ マラソン (乗り物から撮影)

フォーカスモード	AF-C	
AF エリアモード	ダイナミック AF (S)	
カスタムメニュー		
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]	
a3 : AF ロックオン	横切りへの反応	[3]
	被写体の動き	[スムーズ]
a5 : 縦 / 横位置フォーカスポイント切換	[フォーカスポイント]	

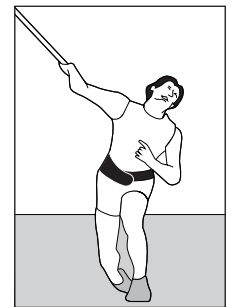
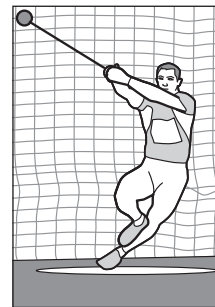


乗り物の上から集団の中の特定選手を撮影する場合は、ダイナミック AF (S) がおすすめです。

■ 砲丸投、円盤投、ハンマー投、やり投 (遠方正面から撮影)

フォーカスモード	AF-C
AF エリアモード	オートエリア AF
カスタムメニュー	
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]

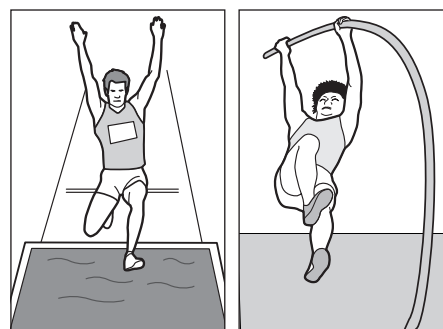
オートエリア AF を使用すると、カメラが自動的にフォーカスポイントを選択してピントを合わせるため、構図に集中して撮影できます。



撮影競技別の推奨設定

■ 走幅跳、三段跳、棒高跳（正面から撮影）

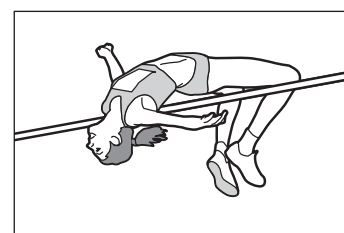
フォーカスモード	AF-C
AF エリアモード	オートエリア AF または ワイドエリア AF (C1)
カスタムメニュー	
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]



- 姿勢の変化が大きい競技の場合はオートエリア AF がおすすめです。
- ピントを合わせたい範囲が限られている場合は、ワイドエリア AF (C1) に設定して AF エリアのサイズを必要な範囲だけに変更しておく便利です。

■ 走高跳

フォーカスモード	AF-C
AF エリアモード	ワイドエリア AF (L)
カスタムメニュー	
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]

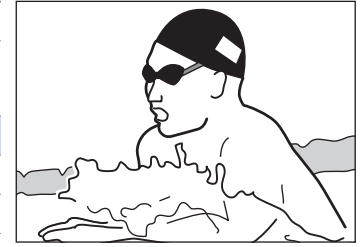


- 被写体の顔が一時的に見えなくなる競技の場合は、被写体を広い範囲でとらえ続けるワイドエリア AF (L) がおすすめです。
- 走高跳の場合、被写体が一時的に横や後ろを向いても、近くにあるポールやバーに影響されずにピントを合わせ続けます。

水泳

■ 競泳

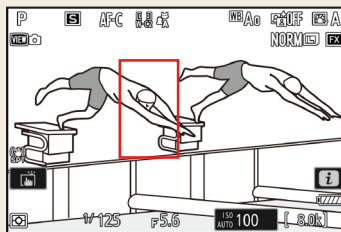
フォーカスモード	AF-C	
AF エリアモード	ワイドエリア AF (C1) または ダイナミック AF (S)	
カスタムメニュー		
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]	
a3 : AF ロックオン	横切りへの反応	[2]
	被写体の動き	[スムーズ]



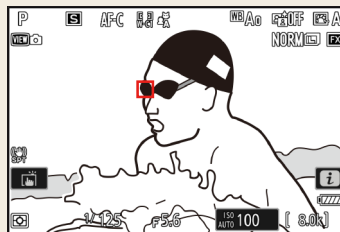
- 水しぶきを避けて選手の顔をとらえるには、ワイドエリア AF (C1) で AF エリアのサイズを 1 × 1 のような狭い範囲に限定するか、ダイナミック AF (S) に設定すると便利です。
- 静止画撮影メニューの [AF 時の被写体検出設定] を [オート] または [人物] に設定しておくことをおすすめします。
- 水しぶきにピントが合ってしまった場合は、主要な被写体に AF し直すことで瞬時にピントを戻すことができます。a3 [AF ロックオン] の [横切りへの反応] を敏感側に設定すると、素早くピント合わせの対象を切り換えることができます。

🔧 レンズの L-Fn ボタンまたは L-Fn2 ボタンに [AF エリアモード] を割り当てる場合の使用例

- f2 [カスタムボタンの機能 (撮影)] > [Fn レンズの Fn ボタン] または [Fn2 レンズの Fn2 ボタン] の [AF エリアモード] で AF エリアのサイズを 5 × 7 や 5 × 11 などの縦長の形状に設定した [ワイドエリア AF (C2)] を割り当てておくと、選手が飛び込む瞬間はレンズの L-Fn ボタンまたは L-Fn2 ボタンを押して大きい動きもとらえられる縦長の AF エリアで撮影し、選手が泳いでいるときは特定の選手だけをとらえるためにより小さい AF エリアで撮影するというような使い方ができます (15)。



ワイドエリア AF (C2) : 5 × 7
(飛び込む瞬間を撮影する)



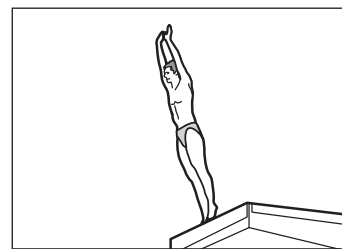
ワイドエリア AF (C1) : 1 × 1
(泳いでいる選手を撮影する)

- AF エリアモードは、Fn1 ボタン、Fn2 ボタン、Fn3 ボタン、AF-ON ボタン、サブセレクター中央、縦位置マルチセレクター中央、縦位置 AF-ON ボタンにも割り当てられます (15)。

撮影競技別の推奨設定

■ 飛込

フォーカスモード	AF-C
AF エリアモード	オートエリア AF または ワイドエリア AF (C1)
カスタムメニュー	
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]



- 飛込のようにフレーミングが難しい被写体に対しては、オートエリア AF を使用することで、構図に集中して撮影できます。
- ピントを合わせたい範囲が限られている場合は、ワイドエリア AF (C1) に設定して AF エリアのサイズを必要な範囲だけに変更しておく便利です。
- **AF-ON** ボタンを押し続けるか、シャッターボタンを半押しし続けると、選手の動きに合わせてフォーカスポイントが自動的に移動します。

■ アーティスティックスイミング

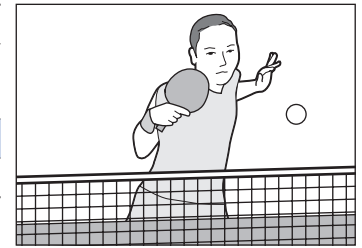
フォーカスモード	AF-C
AF エリアモード	ワイドエリア AF (S) または ワイドエリア AF (L)
カスタムメニュー	
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]



被写体の形が目まぐるしく変わったり、複数の選手や特定の選手を代わる代わる撮影するようなケースの多いアーティスティックスイミングは、汎用性の高いワイドエリア AF (S) をおすすめします。

卓球

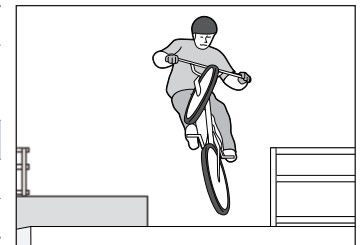
フォーカスモード	AF-C
AF エリアモード	3D- トラッキングまたは ワイドエリア AF (C1)
カスタムメニュー	
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]



- ネットの奥にいる選手を撮影する場合でも、3D- トラッキングを使用するとネットを避けた構図を作りやすくなります。
- ネット越しに撮影してピントを合わせたい範囲が限定されている場合は、ワイドエリア AF (C1) で AF エリアのサイズを必要な範囲だけに変更しておくとう便利です。
- 静止画撮影メニューの [AF 時の被写体検出設定] を [オート] または [人物] に設定しておくことをおすすめします。

BMX・スケートボード

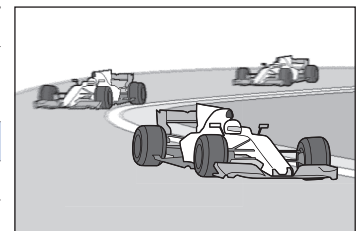
フォーカスモード	AF-C
AF エリアモード	オートエリア AF または ワイドエリア AF (C1)
カスタムメニュー	
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]
a5 : 縦 / 横位置フォーカスポイント切換	[フォーカスポイント]



- オートエリア AF を使用すると、カメラが自動的にフォーカスポイントを選択してピントを合わせるため、構図に集中して撮影できます。
- ピントを合わせたい範囲が限られている場合は、ワイドエリア AF (C1) に設定して AF エリアのサイズを必要な範囲だけに変更しておくとう便利です。
- BMX の場合、人物を被写体として撮影するときは静止画撮影メニューの [AF 時の被写体検出設定] で [人物] に設定することをおすすめします。

モータースポーツ

フォーカスモード	AF-C
AF エリアモード	3D- トラッキングまたは ワイドエリア AF (C1)
カスタムメニュー	
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]
a5 : 縦 / 横位置フォーカスポイント切換	[フォーカスポイント]



- ピントを合わせたい範囲が限られている場合は、ワイドエリア AF (C1) に設定して AF エリアのサイズを 19 × 3 や 13 × 3 のような横長の形状に変更しておくとう便利です。
- 静止画撮影メニューの [AF 時の被写体検出設定] を [オート] または [乗り物] に設定しておくことをおすすめします。
- 車またはバイクの近くにいる人物を被写体として撮影する場合は、静止画撮影メニューの [AF 時の被写体検出設定] で [人物] に設定することをおすすめします。

Nikon