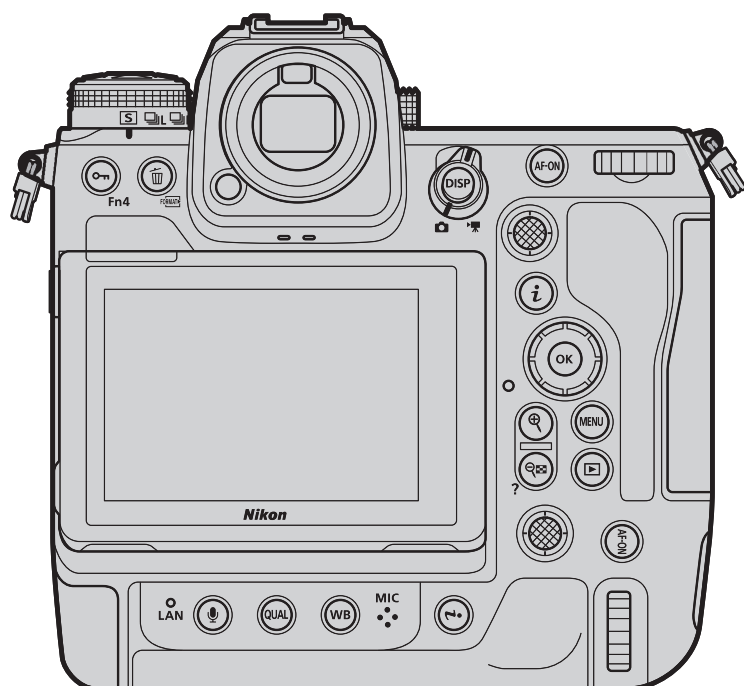


# Nikon



# Z 9

## Professional 推奨設定ガイド - スポーツ AF 編 - Revision 2.0



Jp

# 目次

<b>スポーツ撮影の AF の基本設定</b> .....	<b>5</b>
●フォーカスモードを AF-C に！ .....	5
●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) または 1 × 1 サイズのワイドエリア AF (C1) に！ .....	5
●AF 時の被写体検出設定を [人物] に！ .....	6
●AF ロックオンの [横切りへの反応] を [2] に！ .....	6
●AF ロックオンの [被写体の動き] は [スムーズ] に！ .....	6
<b>AF エリアモードのヒント</b> .....	<b>7</b>
●AF エリアモードの種類 .....	7
<b>スポーツ撮影の AF に関するカスタムメニューについて</b> .....	<b>9</b>
●a1：AF-C モード時の優先.....	9
●a3：AF ロックオン .....	10
●a4：AF 点数.....	10
●a5：縦 / 横位置フォーカスポイント切換 .....	11
●a6：半押し AF レンズ駆動.....	12
●a7：フォーカスポイントの引き継ぎ .....	13
●a8：AF エリアモードの限定 .....	15
●a9：フォーカスモードの制限.....	15
●a10：フォーカスポイント循環選択 .....	15
●a11：フォーカスポイント表示.....	16
●a15：フォーカスポイントの移動速度.....	16
<b>スポーツ撮影時のヒント</b> .....	<b>17</b>
●ファインダーが暗く見えにくい場合 .....	17
●ファインダー全体が見えにくい場合 .....	17
●流し撮りをする場合.....	17
●超高速の被写体を撮影したい .....	17
<b>AF に便利なカスタムボタンの割り当てについて</b> .....	<b>18</b>
●AF に関する機能を割り当てられるボタン .....	18
●ボタンに割り当てられる AF に関する機能.....	18
●各ボタンおよび割り当てられる AF 機能の一覧について .....	19

<b>撮影競技別の推奨設定</b> .....	<b>21</b>
● 撮影シーン別 AF に関する推奨設定一覧 .....	21
● サッカー .....	23
● スケート .....	23
■ スピースケート .....	23
■ スピードスケート (正面からの撮影) .....	23
■ フィギュアスケート：シングル (スケートリンクレベルからの撮影) .....	24
■ フィギュアスケート：シングル (俯瞰からの撮影) .....	24
■ フィギュアスケート：ペア・アイスダンス .....	25
● スキー .....	26
■ スキージャンプ .....	26
■ アルペンスキー .....	27
● アイスホッケー .....	28
● 体操 .....	28
■ ゆか、新体操 .....	28
■ 平均台 .....	29
■ 跳馬 .....	29
■ つり輪、鉄棒、段違い平行棒 .....	29
● 陸上競技 .....	30
■ 短距離走 (特定走者を正面から手持ち撮影) .....	30
■ ハードル走 .....	31
■ マラソン (乗り物から撮影) .....	31
■ 砲丸投、円盤投、ハンマー投、やり投 (遠方正面から撮影) .....	31
■ 走幅跳、三段跳、棒高跳 (正面から撮影) .....	32
■ 走高跳 .....	32

## 目次

●水泳.....	33
■ 競泳.....	33
■ 飛込.....	34
■ アーティスティックスイミング.....	34
●卓球.....	35
●BMX・スケートボード.....	35
●モータースポーツ.....	35

### 🔔 ファームウェアバージョンについて

- この設定ガイドは、カメラのファームウェアバージョンが C:5.00 であることを前提に説明しています。
- カメラのファームウェアバージョン確認およびバージョンアップは、セットアップメニュー [ファームウェアバージョン] で行えます。カメラのファームウェアをバージョンアップするには、パソコンをお使いになる方法とスマートフォンをお使いになる方法があります。
  - **パソコンをお使いの場合**：ニコンダウンロードセンターで新しいバージョンのファームウェアがあるか確認できます。バージョンアップの手順については、ファームウェアのダウンロードページをご覧ください。  
<https://downloadcenter.nikonimglib.com/>
  - **スマートフォンをお使いの場合**：SnapBridge アプリでカメラとスマートフォンをペアリング済みの場合、カメラの新しいファームウェアがあるとアプリにお知らせが表示され、スマートフォン経由でファームウェアをカメラ内のメモリーカードに転送できます。バージョンアップの手順については、SnapBridge アプリのヘルプをご覧ください。お知らせが表示されるタイミングは、ニコンダウンロードセンターで公開されるタイミングと異なる場合があります。

# 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) またはワイドエリア AF (C1)	
静止画撮影メニュー		
AF 時の被写体検出設定	[人物]	
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]	

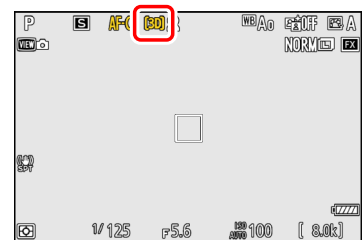
## フォーカスモードを AF-C に！

**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) または 1 × 1 サイズのワイドエリア AF (C1) に！

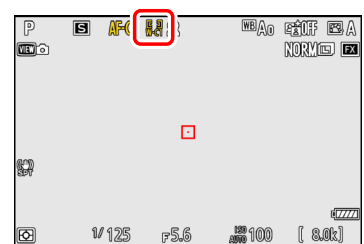
個人競技のときは AF エリアモードを 3D-トラッキングに設定することをおすすめします。特定の被写体にフォーカスポイントを追尾させることができます。



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。



多くの選手が密集する場合は、AF エリアのサイズを 1 × 1 のような狭い範囲に限定したワイドエリア AF (C1) に設定することをおすすめします。



## スポーツ撮影の AF の基本設定

### AF 時の被写体検出設定を [人物] に！

カメラが人物の顔を検出すると顔にフォーカスポイントが表示されます。カメラが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。

- 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。
- 瞳を検出できるときは、左右どちらかの瞳にフォーカスポイントが表示されます。



### 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」\(P.21\)](#) を参照してください。

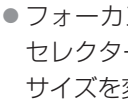
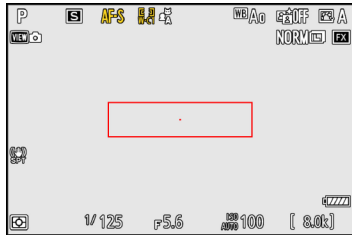

# AF エリアモードのヒント

## 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、10 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
[*]	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]	<b>ワイドエリア AF (C1)</b> <b>ワイドエリア AF (C2)</b>	<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"> <li>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。</li> <li>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。</li> </ul>	 <p>13 × 3</p>
[3D]	<b>3D-トラッキング</b>	<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"> <li>追尾させたい被写体にフォーカスポイントを合わせ、<b>AF-ON</b> 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。</li> <li><b>AF-ON</b> 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。</li> <li>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。</li> </ul>	
[■]	<b>オートエリア AF</b>	<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

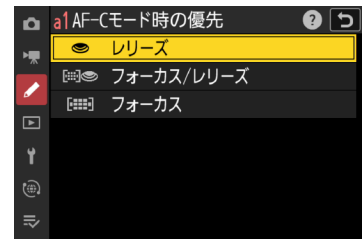
- カスタムメニュー a4 [AF 点数] を [スキップ] に設定することをおすすめします [\(10\)](#)。
- フォーカスポイントの移動を主にサブセレクターで行っている場合、カスタムメニュー f2 [カスタムボタンの機能 (撮影)] > [サブセレクター中央] で [フォーカスポイント中央リセット] に設定しておくことで、フォーカスポイントを素早く画面中央に戻すことができます [\(18\)](#)。



# 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



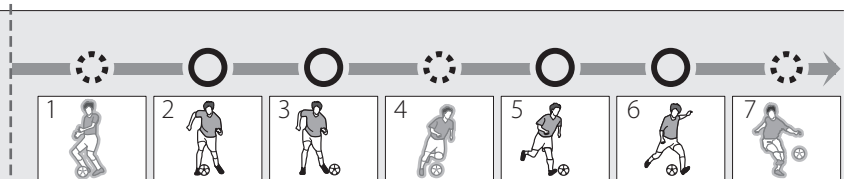
⦿ ピントが合っていない状態

○ 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)

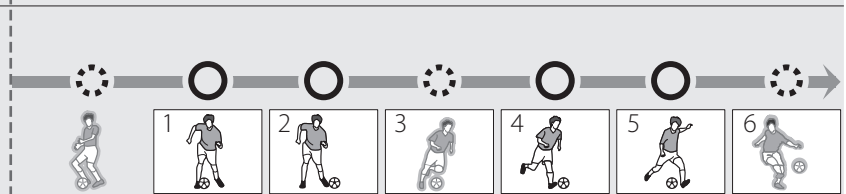
### ● レリーズ

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。



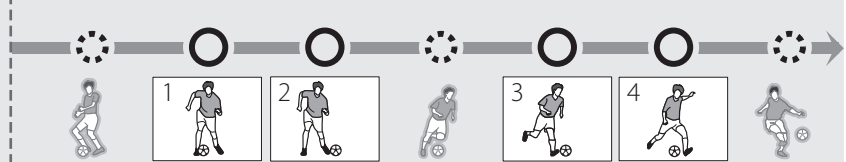
### 👁️ フォーカス/レリーズ

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

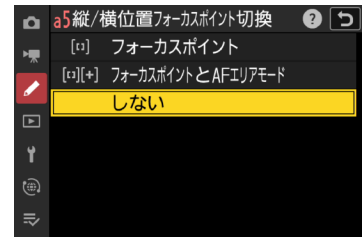
選択可能なフォーカスポイントの数を変更できます。

- [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。

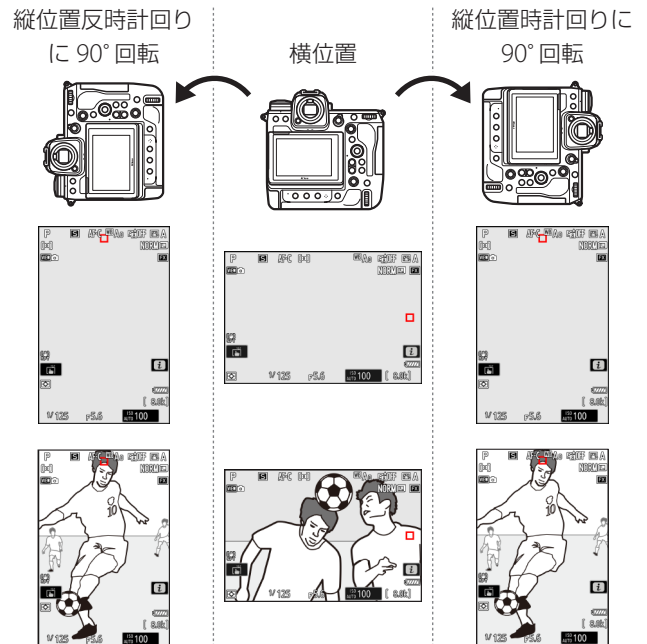
# スポーツ撮影の AF に関するカスタムメニューについて

## 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。

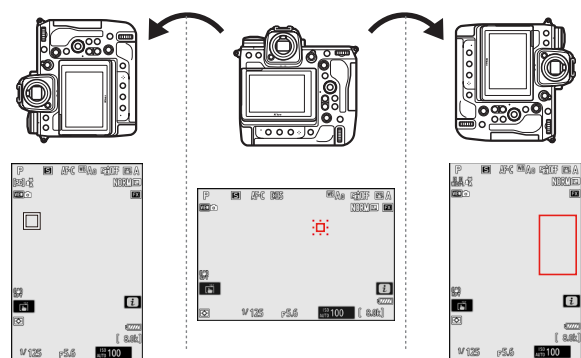


- [フォーカスポイント] に設定すると、横位置と時計回りの縦位置、反時計回りの縦位置で個別にフォーカスポイントを保持できます。設定後、フォーカスポイントを移動すると、そのフォーカスポイントの位置が自動的に保持されます。一度 [しない] に設定すると、フォーカスポイントはカメラの位置に関係なく中央にリセットされます。



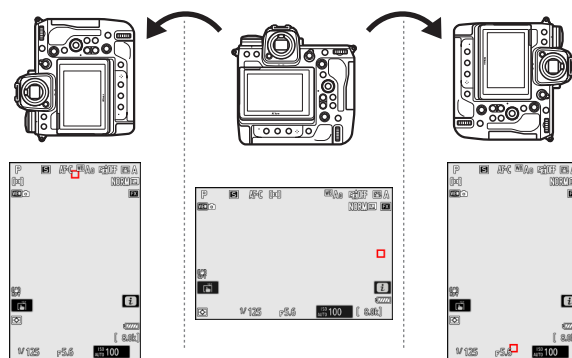
- [フォーカスポイントと AF エリアモード] に設定した場合、フォーカスポイントに加えて AF エリアモードも個別に保持できます。設定後、フォーカスポイントを移動したり AF エリアモードを設定したりすると、そのフォーカスポイントの位置または AF エリアモードが自動的に保持されます。

- 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

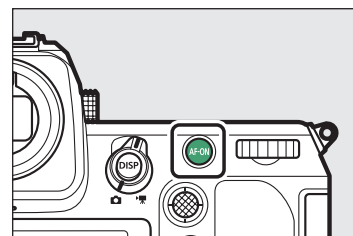
- [しない] に設定した場合、横位置と縦位置で同じフォーカスポイントおよび AF エリアモードを使います。



### 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だときなど、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] を選んでマルチセレクターの  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 20](#))。

#### 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

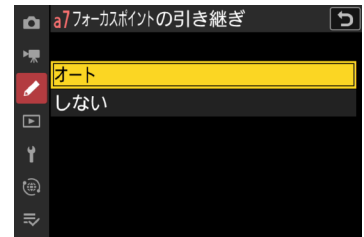
マウントアダプターを使用してフォーカス作動設定スイッチのある F マウントレンズを装着する場合、フォーカス作動設定スイッチを **AF-ON** に合わせると、フォーカス作動ボタンをカメラの **AF-ON** ボタンと同様に使用できます。フォーカス作動設定スイッチのあるレンズは次の通りです (2022 年 4 月現在)。

- 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

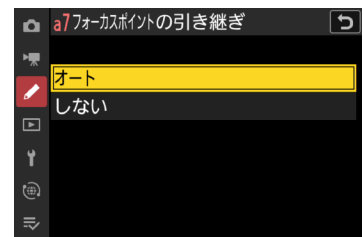
カスタムメニュー f2 [カスタムボタンの機能 (撮影)] で任意のボタンに [AF エリアモード] または [AF エリアモード + AF-ON] を割り当てている場合はボタンを押している間だけ AF エリアモードが切り替わります。このとき、[フォーカスポイントの引き継ぎ] を [オート] に設定しておくことで、切り替え前に選ばれていたフォーカスポイントが引き継がれます。



### ■ [フォーカスポイントの引き継ぎ] の使用例

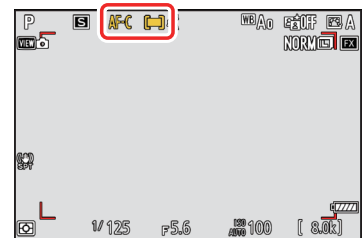
ここでは切り替え前の AF エリアモードをオートエリア AF に設定し、Fn1 ボタンを押している間はダイナミック AF (S) に切り替わるように設定します。

- 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



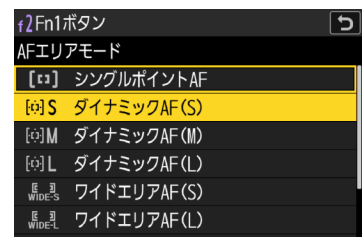
- 2 通常使用する AF エリアモードを設定する

- 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

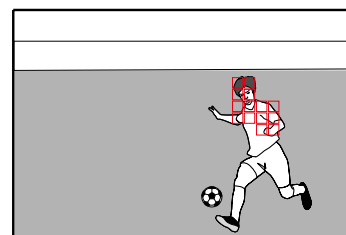
- ここでは Fn1 ボタンに [AF エリアモード] を割り当てています。
- ボタンを押している間の AF エリアモードは [ダイナミック AF (S)] に設定します。



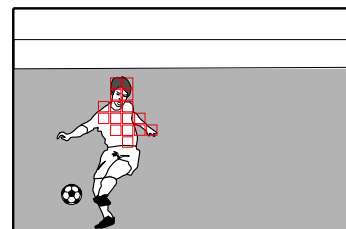
## スポーツ撮影の AF に関するカスタムメニューについて

### 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。

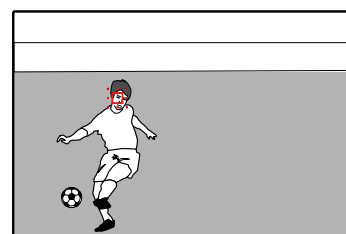


- シャッターボタンを半押しまたは **AF-ON** ボタンを押している間は、被写体を判別しながらフォーカスポイントが移動します。



### 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。

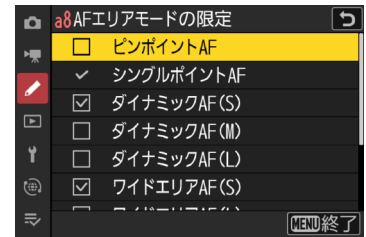


# スポーツ撮影の AF に関するカスタムメニューについて

## a8 : AF エリアモードの限定

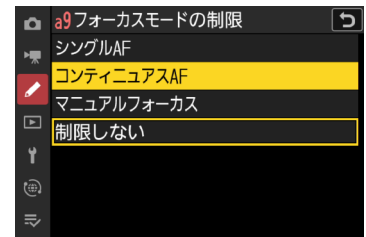
AF エリアモードを限定し、意図しない設定で撮影することを防ぎます。

- 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。



## スポーツ撮影の AF に関するカスタムメニューについて

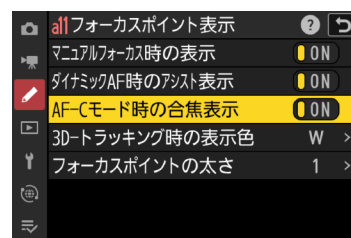
### a11：フォーカスポイント表示

フォーカスポイントの表示に関する設定ができます。

#### ■ AF-C モード時の合焦表示

フォーカスモードが AF-C の場合に、ピントが合ったときのフォーカスポイントの表示を設定できます。

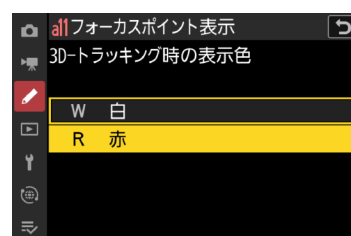
- [ON] に設定すると、ピントが合っているとカメラが判断した場合に、フォーカスポイントが緑色で表示されます。撮影画面ではピントが合っているか分かりづらいシーンに有効です。
- [OFF] に設定すると、ピントが合っているとカメラが判断した場合もフォーカスポイントは緑色で表示されません。



#### ■ 3D-トラッキング時の表示色

AF エリアモードが [3D-トラッキング] のときのフォーカスポイントの色を [白] または [赤] から選べます。

- 雪原などでフォーカスポイントが見えづらい場合は、フォーカスポイントの色を [赤] に設定することをおすすめします。



### a15：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。



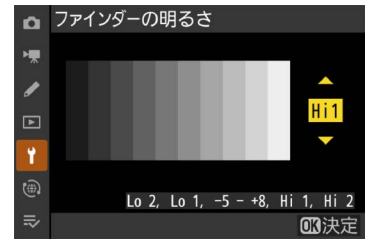


# スポーツ撮影時のヒント

## ファインダーが暗く見えにくい場合

撮影環境や撮影条件によってファインダーが暗く見えにくい場合、セットアップメニュー [ファインダーの明るさ] > [マニュアル] でファインダー表示の明るさを設定できます。

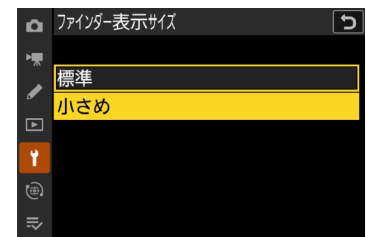
- サングラスをかけている場合や雪上での撮影などでは、設定を [Hi 1] または [Hi 2] に設定することをおすすめします。
- カスタムメニュー f1 [メニューのカスタマイズ] で [モニター / ファインダーの明るさ] を設定すると、ファインダーを見ながらサブコマンドダイヤルで明るさを設定できます。
- ファインダーを明るくすると、バッテリーの消費が早くなります。



## ファインダー全体が見えにくい場合

眼鏡やサングラスなどをかけた状態でファインダー撮影している場合、接眼部から目が離れるためファインダーの四隅が欠けて見えてしまうことがあります。その場合は、セットアップメニュー [ファインダー表示サイズ] を [小さめ] に設定することをおすすめします。

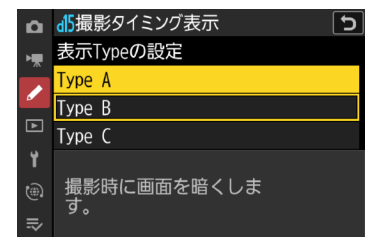
- [小さめ] に設定すると、ファインダー全体が確認しやすくなります。



## 流し撮りをする場合

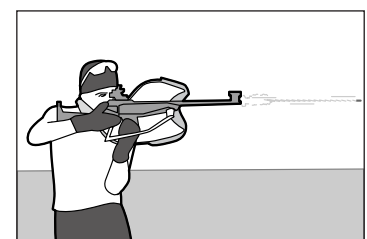
シャッタースピードを低速に設定して連続撮影で流し撮りした場合、撮影画面の表示がカクカクしたような動きに見えて被写体を追いつらく感じることがあります。その場合、カスタムメニュー d15 [撮影タイミング表示] > [表示 Type の設定] を [Type A] に設定し、あえてシャッターがきれたときにファインダーが暗くなるようにすると、流し撮りしやすくなる場合があります。

- d15 [撮影タイミング表示] > [表示 Type の設定] を [Type A] 以外に設定している場合でも、低速撮影時に自動で [Type A] に切り替えることができます。表示 Type を切り替えるシャッタースピードは [撮影タイミング表示] > [TypeA 自動切り換え秒時] で設定できます。



## 超高速の被写体を撮影したい

高速のシャッタースピードで「ハイスピードフレームキャプチャー+」撮影を行うと、人間の目では認識できないような超高速の被写体が静止しているような静止画を撮影できます。次の設定にすると、射撃やバイアスロンなどで銃身から弾丸が射出される瞬間も捉えられます。



シャッタースピード	1/32000
レリーズモード	C120
カスタムメニュー	
d4 : プリキャプチャー記録設定	プリ記録時間 [なし] 以外

- カスタムメニュー d4 [プリキャプチャー記録設定] > [プリ記録時間] を [なし] 以外に設定すると、シャッターボタンの全押しからさかのぼって直前からの撮影が可能になるため撮り逃しを防止できます。

# 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 AF に関する機能を割り当てられます。

## AF に関する機能を割り当てられるボタン

AF に関する機能を割り当てられるボタンは次の通りです。

[Fn1 ボタン]	[DISP ボタン]	[ISO 感度ボタン]
[Fn2 ボタン]	[音声ボタン]	[露出補正ボタン]
[Fn3 ボタン]	[OK ボタン]	[フラッシュモードボタン]
[縦位置 Fn ボタン]	[WB ボタン]	[レンズの Fn ボタン]
[縦位置 ISO 感度ボタン]	[QUAL ボタン]	[BKT ボタン]
[フォーカスモードボタン]	[縦位置マルチセレクター中央]	[レンズの Fn リング (左回し)]
[プロテクト /Fn4 ボタン]	[再生ボタン]	[レンズの Fn2 ボタン]
[AF-ON ボタン]	[動画撮影ボタン]	[レンズのメモリーセットボタン]
[サブセレクター中央]	[縦位置 AF-ON ボタン]	[レンズの Fn リング (右回し)]

※ [コマンドダイヤル]、 [レンズのコントロールリング] には割り当てられません。

## 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。

<b>PRE</b> 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"> <li>● 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。</li> <li>● 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。</li> <li>● [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"> <li>- [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。</li> <li>- [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。</li> </ul> </li> </ul>
<b>RESET</b> フォーカスポイント中央リセット	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。
<b>FOCUS</b> 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"> <li>● 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。</li> </ul>
<b>FOCUS</b> フォーカス位置の呼び出し	<ul style="list-style-type: none"> <li>● [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。</li> </ul>

## AF に便利なカスタムボタンの割り当てについて

瞳の切り換え	カメラが人物の瞳を検出している場合にボタンを押すと、フォーカスポイントを合わせる瞳の左右を切り換えます。
AF エリアモード循環選択	ボタンを押すたびに AF エリアモードが切り替わります。 ● [AF エリアモード循環選択] を選んで  を押すと、切り換え可能な AF エリアモードを選べます。 ● 項目を選んで  ボタンを押すかマルチセレクターの  を押すと、オン <input checked="" type="checkbox"/> とオフ <input type="checkbox"/> を切り換えられます。チェックボックスをオン <input checked="" type="checkbox"/> にした項目のみ、ボタンを押したときに切り換えられます。
[] AF エリアモード	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。 ● [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	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。 ● [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	ボタンを押すと、 <b>AF-ON</b> 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。
AF-L	ボタンを押している間、フォーカスロックを行います。
AE-L/AF-L	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。
AF/[] フォーカスモード /AF エリアモード	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。

## 各ボタンおよび割り当てられる AF 機能の一覧について

カスタムボタンおよび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。

	PRE	RESET					[]		AF-ON			AF/[]
[Fn1 ボタン]	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
[Fn2 ボタン]	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
[Fn3 ボタン]	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
[縦位置 Fn ボタン]	✓	✓	✓	✓	✓	✓	—	—	—	—	—	✓
[縦位置 ISO 感度ボタン]	✓	✓	✓	✓	✓	✓	—	—	—	—	—	✓
[フォーカスモードボタン]	—	—	—	—	—	✓	—	—	—	—	—	✓
[プロテクト/Fn4 ボタン]	✓	✓	✓	✓	✓	✓	—	—	—	—	—	✓
[AF-ON ボタン]	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
[サブセレクター中央]	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
[DISP ボタン]	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
[音声ボタン]	✓	✓	✓	✓	✓	✓	—	—	—	—	—	✓
[OK ボタン]	✓	✓	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
[WB ボタン]	✓	✓	✓	✓	✓	✓	—	—	—	—	—	✓
[QUAL ボタン]	✓	✓	✓	✓	✓	✓	—	—	—	—	—	✓
[縦位置マルチセレクター中央]	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
[再生ボタン]	✓	✓	✓	✓	✓	✓	—	—	—	—	—	✓

## AF に便利なカスタムボタンの割り当てについて

	PRE	RESET	← FOCUS	→ FOCUS	◀▶	[+]	[□]	[□] AF	AF-ON	AF	AF	AF/[-]
[動画撮影ボタン]	✓	✓	✓	✓	✓	✓	—	—	—	—	—	✓
[縦位置 AF-ON ボタン]	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
[ISO 感度ボタン]	✓	✓	✓	✓	✓	✓	—	—	—	—	—	✓
[露出補正ボタン]	✓	✓	✓	✓	✓	✓	—	—	—	—	—	✓
[フラッシュモードボタン]	✓	✓	✓	✓	✓	✓	—	—	—	—	—	✓
[レンズの Fn ボタン]	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	—
[BKT ボタン]	✓	✓	✓	✓	✓	✓	—	—	—	—	—	✓
[レンズの Fn リング (左 回し)]	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	—
[レンズの Fn2 ボタン]	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	—
[レンズのメモリーセット ボタン]	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	—
[レンズの Fn リング (右 回し)]	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	—

### 🚩 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、 レンズの Fn ボタン]、 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通りです (2024 年 11 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 180-600mm f/5.6-6.3 VR
- NIKKOR Z 50mm f/1.2 S
- NIKKOR Z 58mm f/0.95 S Noct
- NIKKOR Z 85mm f/1.2 S
- NIKKOR Z 135mm f/1.8 S Plena
- NIKKOR Z 400mm f/4.5 VR S
- 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 600mm f/4 TC VR S
- NIKKOR Z 600mm f/6.3 VR S
- NIKKOR Z 800mm f/6.3 VR S

# 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。
- 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	AF 時の被写体 検出設定	カスタムメニュー			
			a3		a5	
			横切りへの 反応	被写体の 動き		
<a href="#">サッカー (□23)</a>	ダイナミック AF (S) または ワイドエリア AF (C1)	人物	2	スムーズ	フォーカスポイント	
スケート	<a href="#">スピースケート (□23)</a>	3D-トラッキング	人物	3	スムーズ	フォーカスポイント
	<a href="#">スピードスケート (正面からの撮影) (□23)</a>	ダイナミック AF (S) または ワイドエリア AF (C1)				
	<a href="#">フィギュアスケート：シングル (ス ケートリンクレベルからの撮影) (□24)</a>	オートエリア AF または ワイドエリア AF (L)				
	<a href="#">フィギュアスケート：シングル (俯瞰 からの撮影) (□24)</a>	オートエリア AF				
	<a href="#">フィギュアスケート：ペア・アイスダ ンス (□25)</a>	3D-トラッキング				
スキー	<a href="#">スキージャンプ (□26)</a>	オートエリア AF	人物	2	スムーズ	—
	<a href="#">アルペンスキー (□27)</a>	3D-トラッキングまたは ワイドエリア AF (C1)				
<a href="#">アイスホッケー (□28)</a>	ダイナミック AF (M) またはワイドエリア AF (C1)	人物	1 (敏感) または 2	ランダム	フォーカスポイント	
体操	<a href="#">ゆか、新体操 (□28)</a>	オートエリア AF	人物	—	—	—
	<a href="#">平均台 (□29)</a>	3D-トラッキング				フォーカスポイントと AF エリアモード
	<a href="#">跳馬 (□29)</a>	オートエリア AF				—
	<a href="#">つり輪、鉄棒、段違い平行棒 (□29)</a>	3D-トラッキング				—
陸上競技	<a href="#">短距離走 (特定走者を正面から手持ち 撮影) (□30)</a>	3D-トラッキングまたは ワイドエリア AF (C1)	オートまたは 人物	—	—	フォーカスポイント
	<a href="#">ハードル走 (□31)</a>					
	<a href="#">マラソン (乗り物から撮影) (□31)</a>	ダイナミック AF (S)	人物	3	スムーズ	
	<a href="#">砲丸投、円盤投、ハンマー投、やり投 (遠方正面から撮影) (□31)</a>	オートエリア AF				
	<a href="#">走幅跳、三段跳、棒高跳 (正面から撮 影) (□32)</a>	オートエリア AF または ワイドエリア AF (C1)		—	—	—
	<a href="#">走高跳 (□32)</a>	ワイドエリア AF (L)				
水泳	<a href="#">競泳 (□33)</a>	ワイドエリア AF (C1) またはダイナミック AF (S)	オートまたは 人物	2	スムーズ	
	<a href="#">飛込 (□34)</a>	オートエリア AF または ワイドエリア AF (C1)	人物	—	—	—
	<a href="#">アーティスティックスイミング (□34)</a>	ワイドエリア AF (S) または ワイドエリア AF (L)				

## 撮影競技別の推奨設定

撮影競技	AF エリアモード	AF 時の被写体 検出設定	カスタムメニュー		
			a3		a5
			横切りへ の反応	被写体の 動き	
<a href="#">卓球 (M35)</a>	3D-トラッキングまたは ワイドエリア AF (C1)	オートまたは 人物	—	—	—
<a href="#">BMX・スケートボード (M35)</a>	オートエリア AF または ワイドエリア AF (C1)	オートまたは 人物	—	—	フォーカスポイント
<a href="#">モータースポーツ (M35)</a>	3D-トラッキングまたは ワイドエリア AF (C1)	オートまたは 乗り物	—	—	フォーカスポイント

カスタムメニュー：a3 [AF ロックオン] [\(M10\)](#)、a5 [縦 / 横位置フォーカスポイント切換] [\(M11\)](#)

### 🔗 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いやすくなります。

### 🔗 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。

## 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)	
AF 時の被写体検出設定	人物	
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。

## スケート

### ■ スピースケート

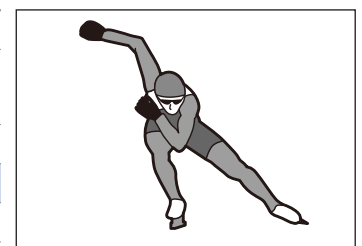
フォーカスモード	AF-C	
AF エリアモード	3D-トラッキング	
AF 時の被写体検出設定	人物	
カスタムメニュー		
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]	
a3 : AF ロックオン	横切りへの反応	[3]
	被写体の動き	[スムーズ]
a5 : 縦 / 横位置フォーカスポイント切換	[フォーカスポイント]	



3D-トラッキングを使用すると被写体の動きに合わせてフォーカスポイントが移動するため、構図に集中して撮影できます。

### ■ スピードスケート (正面からの撮影)

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) または ワイドエリア AF (C1)	
AF 時の被写体検出設定	人物	
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]	



- ダイナミック AF (S) または 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したワイドエリア AF (C1) に設定すると、被写体が遠い場合でも観客や審判などの周囲の被写体にピントが合うことなく撮影を続けることができます。

## 撮影競技別の推奨設定

### ■ フィギュアスケート：シングル（スケートリンクレベルからの撮影）

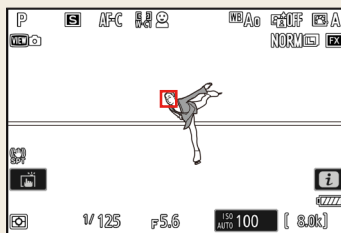
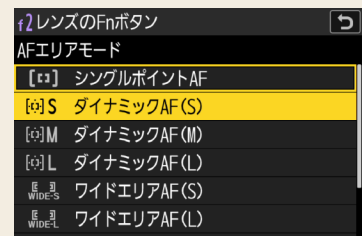
フォーカスモード	AF-C	
AF エリアモード	オートエリア AF または ワイドエリア AF (L)	
AF 時の被写体検出設定	人物	
カスタムメニュー		
a1： AF-C モード時の優先	[リリース]	
a3： AF ロックオン	横切りへの反応	[3]
	被写体の動き	[スムーズ]
a5： 縦 / 横位置フォーカスポイント切換	[フォーカスポイント]	



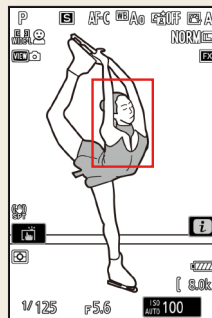
- 遠くの被写体を撮影する場合は、ダイナミック AF (S) に設定するか、またはワイドエリア AF (C1) で AF エリアのサイズを 1 × 1 や 1 × 3 のような狭い範囲に限定してください。

#### 🔗 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 AF エリアのサイズを 1 × 1 や 1 × 3 のような狭い範囲に設定した [ワイドエリア AF (C1)] を割り当てておくと、被写体が遠いときだけレンズの L-Fn ボタンまたは L-Fn2 ボタンを押して小さい AF エリアに切り換えて撮影し、被写体が接近した場合は大きい AF エリアで撮影するというような使い方ができます (20)。



ワイドエリア AF (C1)：1 × 1  
またはダイナミック AF (S)  
(遠くにいる被写体を撮影する)

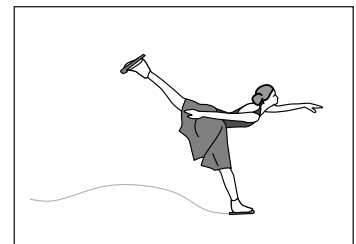


オートエリア AF または  
ワイドエリア AF (L)  
(近づいてきた被写体を撮影する)

- AF エリアモードは、L-Fn ボタンや L-Fn2 ボタン以外にも割り当てられます。割り当てられるボタンについては、18 ページの「AF に便利なカスタムボタンの割り当てについて」を参照してください。

### ■ フィギュアスケート：シングル（俯瞰からの撮影）

フォーカスモード	AF-C	
AF エリアモード	オートエリア AF	
AF 時の被写体検出設定	人物	
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]	

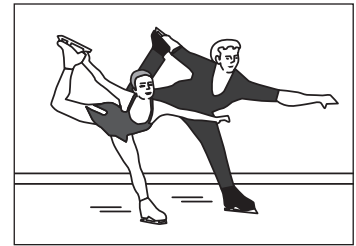


- スケートリンクレベルからの撮影とは異なり、俯瞰からの撮影の場合は観客など他の被写体が入り込むおそれがないため構図に集中できるオートエリア AF がおすすめです。



■ フィギュアスケート：ペア・アイスダンス

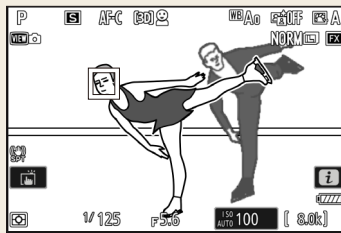
フォーカスモード	AF-C	
AF エリアモード	3D-トラッキング	
AF 時の被写体検出設定	人物	
カスタムメニュー		
a1： AF-C モード時の優先	[リリース]	
a3： AF ロックオン	横切りへの反応	[3]
	被写体の動き	[スムーズ]
a5： 縦 / 横位置フォーカスポイント切換	[フォーカスポイント]	



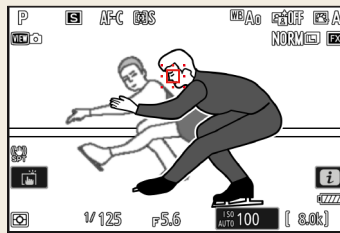
- 人物の交差が多く、被写体と被写体の間にフォーカスポイントが入りやすいシーンでは [AF ロックオン] の [横切りへの反応] を鈍感側にする事で主要な被写体に対する追従性を向上できます。

🚩 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 [ダイナミック AF (S)] を割り当てておくと、被写体を切り換えたいときだけ 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) にして撮影し、もとの被写体を撮影する場合は 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 (□20)。



3D-トラッキング  
(はじめにフォーカスを合わせた被写体を撮影する)



ダイナミック AF (S)  
(被写体を切り換えて撮影する)

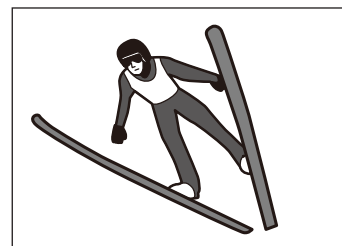
- AF エリアモードは、L-Fn ボタンや L-Fn2 ボタン以外にも割り当てられます。割り当てられるボタンについては、[18 ページの「AF に便利なカスタムボタンの割り当てについて」](#)を参照してください。

## 撮影競技別の推奨設定

### スキー

#### ■ スキージャンプ

フォーカスモード	AF-C	
AF エリアモード	オートエリア AF	
AF 時の被写体検出設定	人物	
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]



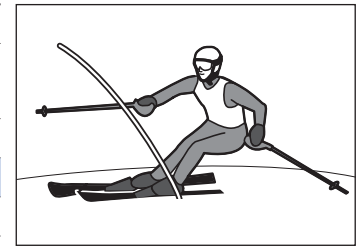
- 突然現れる被写体を1つのフォーカスポイントでとらえることは難しいため、カメラが自動的にフォーカスポイントを選択するオートエリア AF に設定することをおすすめします。
- 手前に障害物などがありオートエリア AF でピントを合わせることが難しい場合は、ワイドエリア AF (C1) で AF エリアのサイズを 9 × 5 程度に設定すると障害物を避けて撮影をしやすくなります。

#### 🔔 ジャンプシーンを撮影する場合の設定について

モーグル（エアー）やスノーボードのハーフパイプなど、競技者がジャンプを多用する競技の場合もオートエリア AF がおすすめです。

■ アルペンスキー

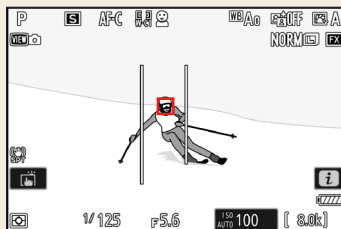
フォーカスモード	AF-C	
AF エリアモード	3D-トラッキングまたは ワイドエリア AF (C1)	
AF 時の被写体検出設定	人物	
カスタムメニュー		
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]	
a3 : AF ロックオン	横切りへの反応	[2]
	被写体の動き	[スムーズ]



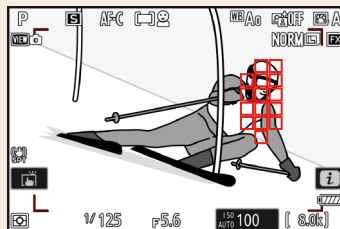
- オートエリア AF を使用すると雪面にフォーカスが合ってしまうことがあるため、ワイドエリア AF (C1) に設定して AF エリアのサイズを被写体の大きさに合わせて制限することをおすすめします。
- [AF ロックオン] の [横切りへの反応] を鈍感側 ([5 (鈍感)] または [4]) に設定していると、ポールなどにピントが合ってしまったときに、ポールと被写体の距離によっては、主要な被写体である選手にピントが戻りにくくなることがあります。[AF ロックオン] の [横切りへの反応] を鈍感側 ([5 (鈍感)] または [4]) に設定したまま撮影する場合は、ポールにピントが合ったときに AF し直すことで瞬時に主要な被写体にピントを戻すことができます。
- AF-ON ボタンを押し続ける、またはシャッターボタンを半押しし続けて撮影したい場合は、[AF ロックオン] の [横切りへの反応] を敏感側 ([2] または [1 (敏感)]) に設定することで、ピントをポールから主要な被写体に戻りやすくすることができます (ただし、ポールにピントが合う頻度も高くなります)。

🔔 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 [オートエリア AF] を割り当てておくと、被写体が接近したときだけレンズの L-Fn ボタンまたは L-Fn2 ボタンを押してオートエリア AF に切り換えて撮影し、被写体まで距離がある場合は 3D-トラッキングまたはワイドエリア AF (C1) で撮影するというような使い方ができます (20)。



3D-トラッキングまたは  
ワイドエリア AF (C1)  
(遠くにいる被写体を撮影する)



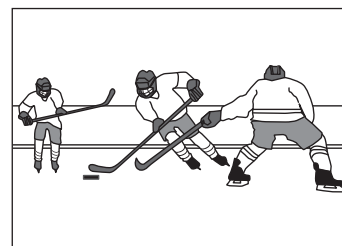
オートエリア AF  
(近づいてきた被写体を撮影する)

- AF エリアモードは、L-Fn ボタンや L-Fn2 ボタン以外にも割り当てられます。割り当てられるボタンについては、18 ページの「AF に便利なカスタムボタンの割り当てについて」を参照してください。

## 撮影競技別の推奨設定

### アイスホッケー

フォーカスモード	AF-C	
AF エリアモード	ダイナミック AF (M) または ワイドエリア AF (C1)	
AF 時の被写体検出設定	人物	
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	[1 (敏感)] または [2]
	被写体の動き	[ランダム]
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]	

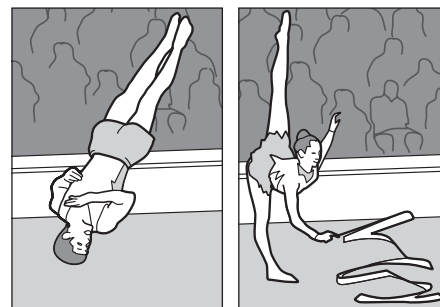


- 多くの選手が密集する中で特定の選手だけを狙いたい場合は、ワイドエリア AF (C1) で AF エリアのサイズを 1 × 1 のような狭い範囲に限定することをおすすめします。

### 体操

#### ■ ゆか、新体操

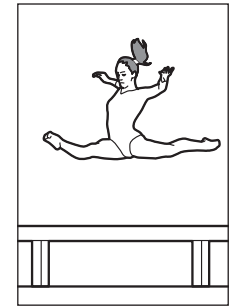
フォーカスモード	AF-C	
AF エリアモード	オートエリア AF	
AF 時の被写体検出設定	人物	
カスタムメニュー		
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]	



- 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 (☞11)。
- 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 (☞10)。

■ 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
AF 時の被写体検出設定	人物
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ことで便利です (Q11)。

■ 跳馬

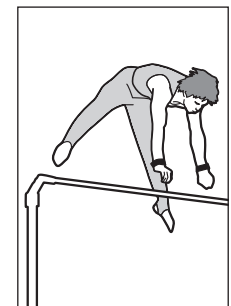
フォーカスモード	AF-C
AF エリアモード	オートエリア AF
AF 時の被写体検出設定	人物
カスタムメニュー	
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]



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
AF 時の被写体検出設定	人物
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)

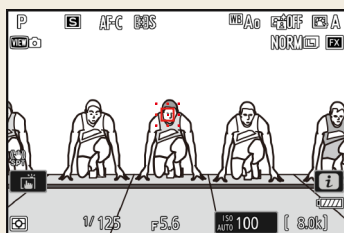
フォーカスモード	AF-C
AF エリアモード	3D-トラッキングまたは ワイドエリア AF (C1)
AF 時の被写体検出設定	オートまたは人物
カスタムメニュー	
a1: AF-C モード時の優先	[リリース]
a5: 縦 / 横位置フォーカスポイント切換	[フォーカスポイント]



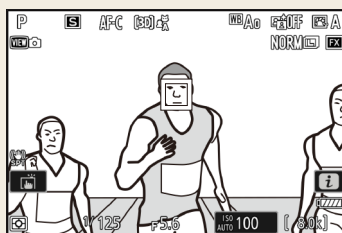
- 遠くのスタート位置にいる選手を撮影する場合は、ダイナミック AF (S) がおすすめです。
- カメラを横位置で撮影する場合、ワイドエリア AF (C1) に設定して AF エリアのサイズを 19 × 3 や 13 × 3 のような横長の形状に設定すると、横一線に並んだ選手の中で最も手前の選手にピントを合わせます。
- ゴール後にカメラの縦位置と横位置を瞬時に切り換えて撮影する場合は、あらかじめ a5 [縦 / 横位置フォーカスポイント切換] で [フォーカスポイントと AF エリアモード] に設定し、横位置、時計回りの縦位置、反時計回りの縦位置でそれぞれのフォーカスポイントの位置や AF エリアモードを設定しておくことで便利です ([図 11](#))。

#### 🔔 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 20](#))。



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)

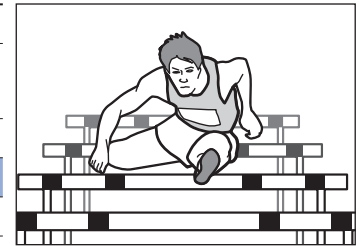


3D-トラッキング  
(近づいてきた被写体を撮影する)

- AF エリアモードは、L-Fn ボタンや L-Fn2 ボタン以外にも割り当てられます。割り当てられるボタンについては、[18 ページの「AF に便利なカスタムボタンの割り当てについて」](#)を参照してください。

## ■ ハードル走

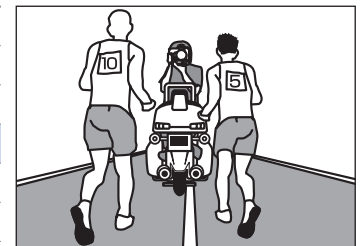
フォーカスモード	AF-C
AF エリアモード	3D-トラッキングまたは ワイドエリア AF (C1)
AF 時の被写体検出設定	人物
カスタムメニュー	
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]
a5 : 縦 / 横位置フォーカスポイント切換	[フォーカスポイント]



- 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とう便利です ([□11](#))。

## ■ 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)	
AF 時の被写体検出設定	人物	
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]	

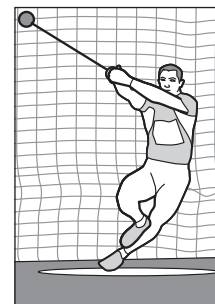


乗り物の上から集団の中の特定選手を撮影する場合は、ダイナミック AF (S) がおすすめです。

## ■ 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
AF 時の被写体検出設定	人物
カスタムメニュー	
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]

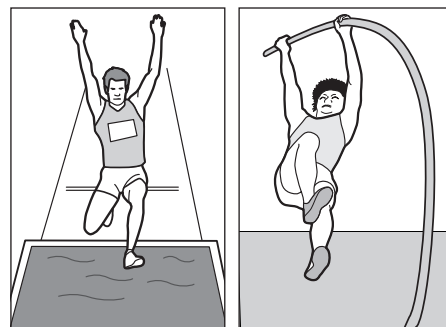
オートエリア AF を使用すると、カメラが自動的にフォーカスポイントを選択してピントを合わせるため、構図に集中して撮影できます。



## 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）

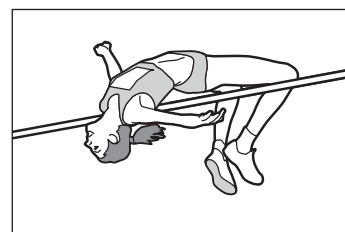
フォーカスモード	AF-C
AF エリアモード	オートエリア AF または ワイドエリア AF (C1)
AF 時の被写体検出設定	人物
カスタムメニュー	
a1 : AF-C モード時の優先	[レリーズ]



- 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)
AF 時の被写体検出設定	人物
カスタムメニュー	
a1 : AF-C モード時の優先	[レリーズ]



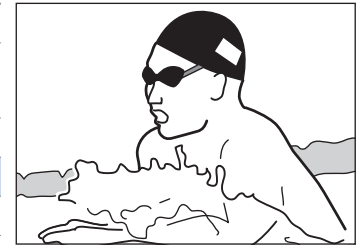
- 被写体の顔が一時的に見えなくなる競技の場合は、被写体を広い範囲でとらえ続けるワイドエリア AF (L) がおすすめです。
- 走高跳の場合、被写体が一時的に横や後ろを向いても、近くにあるポールやバーに影響されずにピントを合わせ続けます。



## 水泳

### ■ 競泳

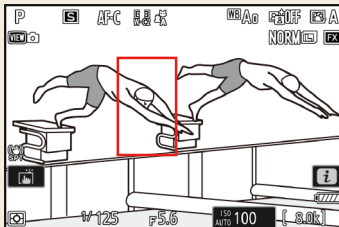
フォーカスモード	AF-C	
AF エリアモード	ワイドエリア AF (C1) または ダイナミック AF (S)	
AF 時の被写体検出設定	オートまたは人物	
カスタムメニュー		
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]	
a3 : AF ロックオン	横切りへの反応	[2]
	被写体の動き	[スムーズ]



- 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。
- 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 (□20)。



ワイドエリア AF (C2) : 5 × 7  
(飛び込む瞬間を撮影する)



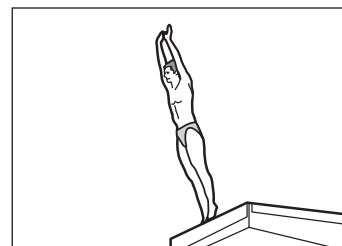
ワイドエリア AF (C1) : 1 × 1  
(泳いでいる選手を撮影する)

- AF エリアモードは、L-Fn ボタンや L-Fn2 ボタン以外にも割り当てられます。割り当てられるボタンについては、[18 ページの「AF に便利なカスタムボタンの割り当てについて」](#)を参照してください。

## 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)
AF 時の被写体検出設定	人物
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

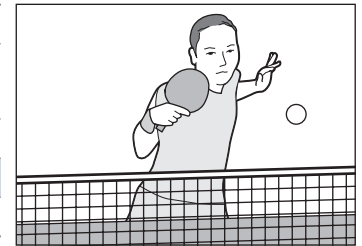
フォーカスモード	AF-C
AF エリアモード	ワイドエリア AF (S) または ワイドエリア AF (L)
AF 時の被写体検出設定	人物
カスタムメニュー	
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]



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

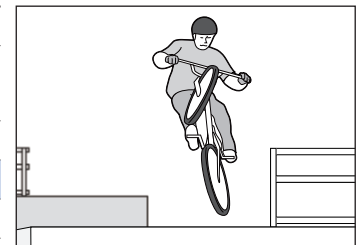
フォーカスモード	AF-C
AF エリアモード	3D- トラッキングまたは ワイドエリア AF (C1)
AF 時の被写体検出設定	オートまたは人物
カスタムメニュー	
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]



- 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。

## BMX・スケートボード

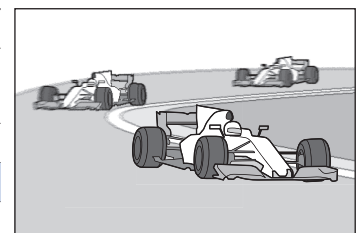
フォーカスモード	AF-C
AF エリアモード	オートエリア AF または ワイドエリア AF (C1)
AF 時の被写体検出設定	オートまたは人物
カスタムメニュー	
a1 : AF-C モード時の優先	[リリース]
a5 : 縦 / 横位置フォーカスポイント切換	[フォーカスポイント]



- 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)
AF 時の被写体検出設定	オートまたは乗り物
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。
- 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***