

「今月のクリスマスに聞け！」 連載100回記念 特別編

読者の皆さんに写真についてのアドバイスを紹介する企画「今月のクリスマスに聞け!」。第100回目となる今回は特別編として、クリスマス氏が撮った写真を交えて、撮る側と撮られる側の両方に向けたアドバイスをお届けします!

①「より美しく写る方法」

写真を撮られる時、より美しく写りたいと思うのは当然ですね。普段のポーズを少し変えるだけで、足が長く、スタイル良く写ることができますよ。



一般的なポーズの人物写真です。では次は、撮られる前に以下のことをやってみましょう。

1. 片方の足をカメラから少し遠ざけ、もう片方の足をカメラの方向に少し出す。
2. カメラから遠い足に体重をかける。
3. カメラに近い足のひざを少し内側に曲げて、両足の距離を縮める。

4. カメラに近い足のつま先をカメラに向ける。
5. ヒップを少し前に出す。
6. あごを少し前に出す。

写真B



写真Bは、写真Aに比べて足が長く見え、全体的にスタイルも良く見えますよね。それは、写真Aの場合、実際に頭の上から足の先までが被写体の身長に見えますが、足の位置を変えるだけで、その身長が頭から前に出した足のつま先分までとなり、足が長く見えるからです。また、写真を撮られることに慣れないと、無意識にあごを引いてしまうことがあるので、意識してあごを少し前に出すと顔の輪郭がキレイに見えますよ。最初は窮屈に思うかもしれませんが、試してみてください。

②「レフ板を使おう！」

レフ板(反射板)とは、直接光が当たっていない影の部分に明るさを追加する場合などに使う板のことです。写真にとって『光』はとても大切です。レフ板を使うと、被写体をさらにキレイに撮れるようになりますよ。



レフ板を使う前です。モデルのあごの下に影が特に濃く写っています。

写真B



レフ板使用後です。レフ板で光を反射して、写真Aよりも明るく、あごの下に影も薄くなっています。

レフ板は、基本的に光源の方に向けて光を被写体に反射させます。しかし、今回のように太陽光がモデルの後ろから照らす逆光の場合、直接反射させると光が強すぎる場合があります。その場合は写真Cのように、モデルの胸あたりでレフ板を地面にやや平行において、直接の太陽光以外の光を反射させ、柔らかい光を当てると良いでしょう。

写真C



レフ板の大きさは被写体によって変わりますが、人を撮る場合は大きいサイズ(新聞紙を広げた大きさ程)が良いと思います。手軽に購入できるレフ板の代用品として、白地の厚紙などがあります。折りたたんで持ち歩くと便利です。

③「3分の1の法則」

3分の1の法則は、写真を縦横に3等分する線を考えて、被写体を上下左右の3分の1のスペースやそのスペースを作る線上、また線の近くにおくと全体のバランスが良くなる、という構図の法則です。これを意識して撮ると、写真の完成度がさらに上がるでしょう。

写真A



モデルを全体のほぼ中央において、左右のスペースが均等な一般的な写真。作品として少し面白みに欠けますね。

写真B



3分の1の法則にのってモデルの向きをほんの少し右(写真Bの赤線の方向)にずらして写真の左側のスペースを多少広くするだけで、写真Aに比べて雰囲気が変わり、作品らしくなります。また、例えば人が被写体の場合、写真Bのように被写体の視線を広いスペースの方に向けると、さらに印象が変わりますよ。

<読者モデル>

いわき 事務所
岩脇 麻央さん(23)

ワーキングホリデー2年目で、現在ローカルのアイス屋さんでアルバイト中。日本のファッション雑誌などでモデル経験あり。

本誌フォトジェニックコンテストは、過去100回にわたりクリスマス・ハザード氏より多大なご協力をいただきました。この場を借り、同氏に深くお礼申し上げます。

編集長 今城 康雄

パースエクスプレス編集部一同

We would like to express our deepest gratitude to Mr. Chris Huzzard for his kind supports to our Photogenic Contest for years. Without him, we could not have reached this 100th milestone.

Yasuo Imanari / Editor in Chief
and all the staff at The Perth Express