



写真の撮り方

一眼レフカメラで背景がボケた写真を撮る5つのテクニック

デジタル一眼レフカメラを購入したものの、どうやったら背景がボケるかよく分からないまま撮影していませんか？

綺麗にボケがきまるとプロが撮ったような仕上がりになります。この記事を読めば綺麗なボケを表現できるようになります。

是非、デジタル一眼レフカメラでボケた写真を撮る方法をマスターして、ワンランク上の写真が撮れるようになりましょう

1-1. F値を小さくする

一眼レフで背景がボケた写真を撮るときは、F値が小さい方が良いです。

まずは上の写真をご覧ください。この写真は一眼レフの設定で**F値を16**にして撮影したものです。ピントは手前の(人形1)に合わせていますが(後ろにいる(人形2))はほとんどボけていません。



次に上の写真をご覧ください。同一の一眼レフ、レンズで撮影した写真ですが(人形2)が大きくボケているのがわかります。こちらは**F値が1.4**で撮影したものです。

このようにF値が違うだけでここまでボケ具合の違いが出ます。綺麗な背景ボケ写真を狙うときは、一眼レフの設定でF値を出来るだけ小さく設定しましょう。



F 値の設定方法

F 値の設定方法は簡単です

まずは一眼レフのモードダイヤルを「絞り優先モード」のに合わせます。ニコンの場合は「A」、キャノンの場合は「Av」と書かれている箇所です。その後、一眼レフの電子ダイヤルを回してF 値を最小の値に設定します。

F 値はレンズの性能によって限界が決まる

F 値は一眼レフのレンズの性能によって設定できる値の範囲がきまります。一眼レフに標準で付いてくるようなレンズですとF 3.5からF 5.6程度までしかF 値を下げられないものが多いです。大きなボケ写真を得るためにはF 値を気にしながら一眼レフのレンズ選びをしましょう。

F 値をもっとも小さくできる一眼レフのレンズとしては単焦点レンズが挙げられます。ズームレンズなどはF 2.8以上のものが大半ですが、単焦点レンズですと、F 1.8程度が平均的なスペックです。

1 - 2. 焦点距離を長くする

背景は一眼レフのレンズの焦点距離を長くすると大きくボケます。つまり広角側では背景はあまりボケずに望遠側では大きくボケた写真になります。

画像は広角側の**70 mm**で撮影したものです（人形2）はそれなりにボケていますが、強いボケとはいえません。



画像は同じ位置から望遠側の**200 mm**で撮影した写真です。被写体が同じような大きさになるように少し離れて撮影しています。



ややわかりづらいかもしれませんが、望遠側で撮影したほうが（人形2）がよりボケています。一眼レフで大きなボケを得るためには望遠側で写真を撮りましょう。

1-3. 背景は遠い方がボケやすい

写真をご覧ください。この写真は手前のダンボー君より奥側のダンボー君がボケていますよね。

被写体が背景と近いと距離の差が少なくなり背景にもピントが合っているような写真になります。逆に被写体と背景が遠い場合は距離の差が大きくなって背景からピントが大きくズレた写真になります。そのため、大きく背景のボケた写真になります。

このように一眼レフで大きなボケを得るためには被写体を背景から離して写真を撮りましょう。



1-4. 被写体に近づく

大きなボケを得たい場合は、一眼レフを思いっきり被写体に近づきましょう。近づけば近づくほど背景は大きくボケた写真になります

写真をご覧ください。この写真ではダンボー君はあまりボケていません。



そこで被写体に思いっきり近づいてみます。

一眼レフを限界まで近づけてみました（人形2）が大きくボケた写真になりました。

このように被写体に近づけば近づくほど背景はボケた写真になります。



1-5. 奥側よりも手前側の方がボケやすい

被写体の奥側よりも手前側の方がボケます。

写真をご覧ください。どちらの（人形）も被写体からの距離は同じです。しかし奥側の（人形2）よりも手前側の（人形1）の方がボケた写真になっています。

このように一眼レフは奥側よりも手前側の方が大きくボケる性質があります。



まとめ

いかがでしたでしょうか。やはり一眼レフの醍醐味といたら大きなボケですよね。是非とも5つのテクニックを活用して良い写真を狙ってみましょう！

*完全にマスター出来て自信がつけば 次は

新しいレンズ（短焦点レンズ）に挑戦しましょう！

