



## 海老原誠治 (えびはら せいじ)

いただきます.info事務局、三信化工株式会社、資源と環境と教育を考える会「エコが見える学校」、女子栄養大学短期大学部非常勤講師、関東学院大学非常勤講師。和食器を用いた出前授業や、テレビ局の撮影クルーの経験を生かして動画作成の研修会の講師を務める。

# 本当に試してほしい接写 ／100円+スマホ

小さなモノを大きく映したいことは、多々あります。最も簡単な方法は、カメラと一緒に近づくことです。しかし、5～15cm程まで近づくと、通常はピントが合わなくなります。このようなとき、100円ショップで手に入る接写レンズ（クローズアップレンズ）を使ってみてください。数ミリまで近づいて撮影できます。「接写」とは、被写体（対象）に近づいて撮影する方法（クローズアップ）のことをいいます。

## ▶ ギリギリまで寄せる接写

前回、簡易的な広角（ワイド）レンズを紹介しましたが、レンズの組み合わせや構成を変えた、複数の機能に対応するモノも出回っています（レンズの組み合わせに戸惑うことがありますので説明書をよく読んでください）。より近く、時には大きく拡大できるレンズを、接写レンズ・クローズ



▲100円ショップで購入できる簡易レンズ（接写・広角・魚眼のセット）。事例（動画）。



▲接写レンズの活用事例（動画）。

アップレンズ・マクロレンズなどといいます。一眼レフカメラなどの場合は、メーカーによって呼び名・機能が違うので注意が必要です。しかし100円ショップで購入できる、スマホに取り付けるクリップタイプの場合は呼び名をあまり気にせず、ほぼ同様の機能が使えます。スマホ内蔵のレンズが複数ある機種では、それぞれで接写を試すといずれかのレンズで認識できます。

接写のコツは被写体とぶつかる直前まで、レンズを寄せることです。クリップタイプのレンズはタブレットにも使えるので、複数準備し、児童生徒の班活動等に活かすこ



▲スマホ・タブレットや通常のカメラ（ビデオ）の標準レンズでは、被写体に近寄って撮影する接写に限界がある。

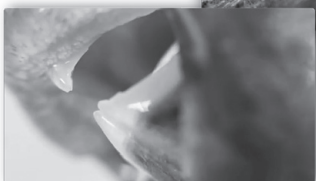
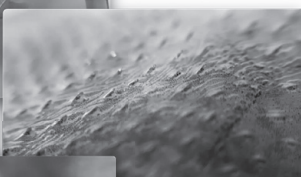


▲接写レンズを付けると、被写体にギリギリまで寄ることができ、近づいた時だけピントが合い、撮影できる。

## 【接写レンズを使って撮影した画像】



▲シシトウと種

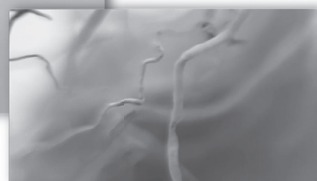


▲サバフグの頭部のトゲ

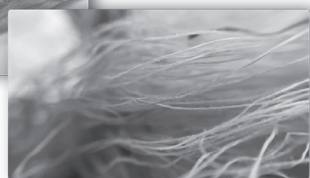
◀サバフグの歯



▲長ネギと根



▲トウモロコシとひげ



◀七味唐辛子の探検

とも可能です。また接写映像だけで食育クイズを作ること您也可以。簡単な活用事例を動画でまとめたので、参考にしてみてください（左ページQRコード）。

## ▶ 接写の弱点

手軽に撮れる接写ですが、欠点もあります。まず被写体のすぐ上から撮るため、スマホ自体の影が出やすくなります。近くから低い角度で照明を当て対処します。また、ピントの合う範囲（奥行き）が狭く限られ、拡大もされているため、少しの手の震えでも、ピントがボケたり、画面のブレとして現れます。なるべく手首やひじを台などで安定させます。安定しないときには動画にこだわらず、静止した写真を生かした食育も有効です。画面の周辺部に歪みが出ますが、さすがに100円の設計では避けることができません。



▲ボケ味を生かした撮影事例。[福島県学校給食研究会 安達支部におけるICTセミナー、撮影の演習より]

## ▶ ボケ味を生かす

ボケの話ついですが、被写体にピントが合いつつも背景がボケた画像は、距離感が出て、被写体がより印象に残り、物語性が出ます。ボケ味といいます。理屈はともかくカッコイイ画像になります。スマホでも、ピントが合うギリギリ近くに被写体を配置するとボケ味が出やすいので、気になる方は挑戦ください。

[コンテンツ作成協力：(一社)はしわたし研究所]  
[郷土料理データ提供：ロケーションリサーチ(株)]