手ブレを完全に抑えるために、三脚を活用しよう!

一眼レフカメラは、アクセサリーを活用することで、
さまざまな撮影が行えて、楽しみはさらに広がる。
中でも三脚は、作品作りにぜひとも活用したいアイテムだ。
今回は、最適な三脚の選び方から、三脚を活用することで広がる
さまざまな撮影方法まで、解説することにしよう。

写真・文●竹澤宏

デジタル一眼 STEP BY STEP

※本連載では、特に断りのある場合を除いて、レンズの焦点距離を「実際のレンズの焦点距離(35ミリフィルム換算値)」で表記しています。

STEP 1 持ち運びと安定性のバランスが大事

三脚は欲しいが、荷物がかさばったり重くなるのは勘弁、と考えて買う人は少なくないだろう。だが、デジタル一眼レフの重量で、少し大きめの望遠レンズを装着した時のことも想定すると、やはり大きめで、安定性のある三脚を選ぶのが非常に重要だ。きゃしゃな三脚を使っていては、三脚に固定しても安定性を確保できないし、最悪、撮影中に倒れるようだと大切なカメラを壊してしまう❶。

三脚のカタログには、大きさ、重量に加えて、耐荷重量などが記してある。大きさに関しては、伸ばした時に自分の目線より高い位置に来るものが使いやすい。

問題は重量だ。大別すると三脚は、素材によって「カーボン製」と「アルミ製」の2種類がある。カーボン製は、軽くて安定性が高いが、高価になる。一方、アルミ製は安価で、かつ安定性を保てるが、重量が重い。これは、予算に応じて決めることになるだろう。

そして、重要なのが耐荷重量だ。これは三脚に載せることができる、「カメラ+レンズ+雲台(カメラを固定する装置)」の重さの限界。この制限を超えると、三脚そのものがブレやすくなり、倒れやすくなる。将来、重いレンズやカメラに買い替えた時にも使えるように、少々余裕を持っておきたい。

最終的に三脚選びは、あまり低価格の物を選ぶより、予算内でよりよい物を選ぶようにしよう。長く使える物だけに、安物買いは失敗の元だ。

❶三脚は重くて大きいが基本

筆者が20年以上愛用している仏ジッツオ社製の三脚。筆者は、車での移動が多いので、重くても頑丈な三脚を使っている。電車移動がメインの人だと、軽いカーボン三脚もグッド。

STEP 2 夜景撮影には三脚が必携アイテム!

三脚を使えば、手ブレの心配から開放される。どんなに長時間露光でも、写真が撮れる。暗いからといって、何でもストロボ撮影してしまっては、臨場感のないつまらない写真になってしまうし、夜の風景のようにストロボが届かない範囲を撮るには、三脚が必携だ。

確かに、今のデジカメはISO感度をアップしても、ノイズの少ない写真が撮れる。また、手ブレ補正機能を備えたカメラやレンズも多い。だが、夜、暗くなってから、写真全体にフォーカスがきっちりと合った風景を撮るような場合、三脚はなくてはならないアイテムとなる❶。

全体をパンフォーカスで撮るには、絞りを絞り、スローシャッター(遅いシャッター速度)で撮ることになる。例えば、ISO100でF8まで絞ると、夜の撮影だとシャッター速度は20〜30秒を超えることもある。ならばと、ISO感度を挙げると、暗部が多い夜景ではノイズが気になる。だから、三脚は必携だ。

なお、夜景撮影は、ほかにも注意点が多い。まず、明部と暗部の露出が大きく異なるので、自動露出機能がうまく働かないことが多い。これは、何段階も露出補正して撮影するか、自動露出で出た数値を基準にマニュアル露出で撮ることでカバーできる。この時も、三脚に固定していれば、同じ構図で何枚でも繰り返し撮影できるので便利だ。

加えて、夜景撮影は、光源となる照明の色が安定しないことが多い。そのため、ホワイトバランスの設定も難しくなる。これは、デジカメのホワイトバランス設定を変えながら撮るのも悪くないが、いっそのことRAWで撮影しておき、Macで現像する際にホワイトバランスを決めたほうが確実だ。

ホワイトバランスに正解はない。暖かみのある夜景にしたければホワイトバランスを高めに設定、逆にちょっとクールな夜景にしたければ寒色系に設定すればいいのだ❷。

こうした露出やホワイトバランスの設定は、デジカメの液晶モニタでは確認しづらい。というのも、暗いところで液晶モニタを見ると、普段とは違って明るく表示されているように見えがちだからだ。そうした意味でも、夜景は三脚に固定して、同じ構図のまま、数段階の露出でRAW撮影し、Macで調整するのが、きれいに撮れるコツといえる。

❶夜景の基本は低ISO感度でしっかり絞る

この写真は、ISO100でF8、シャッター速度1秒で撮っている。もし、ISO800に設定すれば、1/30秒、F4と同じ露出という計算になり、手持ちでも撮れなくはない。だが、画質の差は歴然で、三脚を使ったほうに軍配が上がる(FinePix S2 Pro／1秒／F8／10ミリ(15ミリ相当))。

❷日没直後は露出の変化に注意

日没直後は刻一刻と露出が変わる。空の明るさと地上の灯りのバランスがちょうどよくなる時間帯は15分くらいしかない。その後は空に青みがなくなり、完全な夜の夜景の状態になる(D80／0.3秒／F8／15ミリ(22ミリ相当))。

広角の遠近感 広角レンズほど、パース(遠近感)がつきやすい。このパースを表現として利用する場合はいいが、建物や商品などを相手に誤解を与えないように、正確に撮りたい場合、被写体との角度をできるだけ水平にして、パースのつかない撮り方を心がけよう。