

パパママのお悩み解決！

# 子供の運動会！ カメラの選び方と写真のコツ

カメラ購入アドバイザーが教える

運動会撮影前準備



女性の趣味を仕事に、起業を応援するオンラインスクール



日本ママアカデミー協会

# 運動会、どう撮ろう？ スマホ？カメラ？ムービー？

## 1 撮影できるアイテムと特徴

### 一般家庭用ビデオカメラ

音と動きが撮れるのでダンスとか、走る場所とか何年経っても振り返って楽しめるのがムービーの最大の魅力！



まだムービーカメラを買っていない！  
そんなご家族様が購入を考えるタイミングが運動会。

一般家庭用ムービーカメラは遠くの小さいお子様をアップで撮り、音と映像で家族みんな思い出を楽しめるのが最大の魅力です！最近ではレコーダーにUSBを繋いでそのままレコーダーにデータをコピーできるものも多く、パソコンで難しい編集なども必要なくなりました。

今の所4K画質で録画できるものも多いですが、データが重く再生出来る機器が少ないため搭載されていてもFHD（フルハイビジョン1980×1080）という設定で撮影するのがオススメです。

光学ズームが12～20倍程度は欲しいところですね、購入の際は目安にしてみてください。お子様の動きを追いかけながら撮影をするので手ぶれ補正の能力が強い機種を選ぶと失敗しにくいです。

今ではバッテリーをつけても350mlのペットボトルくらいのサイズで女性のバックにも気軽に入れられるサイズなので持ち運びも意外と不自由しないです。

### 一眼レフ、ミラーレスカメラ

初めて一眼レフ、ミラーレスカメラを買う場合気をつけて欲しい部分があります。



- ①重たくても運動会を撮るのなら望遠ズームレンズを買いましょう。
- ②値段と大きさで悩む方が多いですが、ピント合わせが速い機種がおすすめです。
- ③運動会だけでなく、どんな時にどう使いたいかわかる予算はいくらなのか計画を立ててから購入しましょう。

レンズ交換式カメラでは使用用途に合わせてレンズを交換できる＝交換しなければなりません。標準レンズというレンズではおでかけでスマホ感覚でスナップ写真を撮るようなレンズになりますので運動会でグラウンドにいる被写体をアップで写すことはできません。よく、"保育園の園庭で小さくてすぐそばだから"という声もありますが、そもそもカメラのレンズは広角と言って人の目で見ているより被写体を遠ざけて広く撮るレンズがついています。そこから多少ズームできたとはいえ標準ズームレンズでは目で見ている感覚に比べかなりお子様が小さく遠くに写ってしまいます。望遠レンズを買いと多少レンズによって差はありますが、光学13倍程度のズームが可能になります。

# 運動会、どう撮ろう？ スマホ？カメラ？ムービー？

## コンパクトデジタルカメラ

スマホと一眼レフやミラーレスとの中間的存在なのがデジタルカメラ

昨今では販売しているメーカーも機種もかなり減ってはきましたがいいところ取りした機種もあります。例えば光学ズーム20倍以上でスマホに転送もできて動画も一応撮れる機種なんかもあります。もちろんピント合わせの速さ画質に関しては一眼レフやミラーレスには敵いませんし、動画のクオリティーもムービーカメラには敵いません。

しかし、スマートフォンだけしか持っていない場合スマートフォンじゃそもそも我が子がどこにいるかわからないほど小さくて豆粒！という状況を回避するために最も低価格で悩みを解決できるアイテムです。

カメラに興味もないし、そんなに予算もかけたくない、そもそも持ち運びたくない！そんな方がスマホだけでは困ってしまうシーンに適しているのが高倍率なズームが搭載されたデジカメです。全てのデジカメに高倍率ズームがついているわけではないのでその点は購入時に光学ズームの倍率を確認してくださいね！



## 一眼レフ、ミラーレスカメラ

やっぱりスマートフォンだけで！という場合、グラウンド上のお子様がどれかわからないという場合も多くはありますが、入退場の時に近くに言って声をかけて撮影するなど、当日の思い出として撮れる写真を意識して撮影してあげることで思い出写真を増やしてみましよう。またダンスなどは子供の顔が見える写真は後で写真販売が大抵ありますので、そこに期待して動画を撮影しておくというのも1つの手段だと思います！

## ◆ どの機材を選ぶにしても事前の確認が何より大切。

ギリギリまでカメラを買うかどうかどうするか決めきれないでいると、人気商品が全て欠品していて欲しい機種が買えず路頭に迷うなんてことが毎年あります。

また、ネットの口コミも当てにならないものも中にはありますし、店頭では在庫があるものをおすすめしてくるというのもよくあります。後悔しないカメラ選びをするのであれば、どう使いたい、誰かどう持ち運ぶ、予算はいくらくらいなどある程度目処を決めておくことも大切だと思います。

また、当日にメモリーカードがいっぱいだけどバックアップし忘れて消せない！

バッテリーを充電器の上に置き忘れた。など、当日のトラブルも本当に多いです。

事前にカメラを用意して触って、調子が悪くないか、当日は朝からお子様の準備でバタバタします！前もっての準備で心に余裕を持った撮影ができることが望ましいですね！

# 運動会、どう撮ろう？ スマホ？カメラ？ムービー？

## 2 三脚はあった方がいいの？

### 三脚はあってもいいが、使わないことも？ムービーカメラなら一脚もおすすめ

三脚も値段がピンキリです。3千円くらいから10万円くらいまで幅広く用途に合わせて用意されています。三脚は手を離して撮影もできるので長時間同じ場所で撮影するような場合には適しています。ですが、運動会シーンではその都度場所を移動して撮ることも非常に多いため三脚をつけない方が撮影しやすいことがほとんどです。

ムービーカメラに関しては流石にずっと手持ち撮影では疲れてぶれてしまいますので、何かしら固定できた方が撮りやすいです。ムービーカメラの三脚なら細くても重くないので耐えられるため小さくて軽い三脚も使えます。立って撮影しなければならないことも考えられるため、150センチ以上に伸びる三脚や一脚を視野に入れておくこともおすすめです。一脚は足が一本なので杖のように地面に固定しながら手持ち撮影をサポートするものです。邪魔になりにくく移動など機動性が高いのが特徴です。ご存じなかった方は一度ネットで調べてみるのもいいかもしれませんね！

## 3 どこから撮るのがおすすめ？

### 入退場のゲートや子供のクラスの立ち位置など事前にわかる情報に頼らずその都度移動できるような体勢でいることも1つのコツ

うちの子のクラスはこっち側と言っていたから近くのポジションを取ったのに、向こう向きで踊っていて後頭部しか写らない！！なんてこともあります。諦めずに移動して撮影することも大切になってきます。

運動会撮影ではやはり徒競走の撮影をしっかり撮ってあげたい親御様が多いですね！

スタート地点で撮る？コーナー？ゴール地点？どこで撮るのが一番いいとは言い切れませんが、アドバイスをするのであれば、5歳くらいまでのお子様は正面から顔が見えるよう撮ってあげるのがおすすめです。一生懸命走る時の表情なども愛おしいですね！

小学校高学年くらいになると走り方の本気度が変わってきますので、コーナーで撮影するとかなり躍動感が出てきていい感じの写真が撮れるかなと思います。

レーンに対して横方向から撮影する場合子供同士が被って撮影しにくいこともありますので、正面に来る前から撮影を何枚かしておくといいですね！

徒競争の1走目1番手という可能性は低いので、ぜひご自身のお子様の前に走る子供たちを撮影してみてタイミングの調整をして万全の大勢で望んでくださいね！

### ◆撮ることに夢中になりすぎず応援を！！

パパもママもずっとカメラ見ててこっち見てくれてない。お子様にそんな風にだけは思っほしくないですね！声をかけて液晶越しではなくしっかり運動会を親子共々楽しんでいただくことが何よりも重要です！運動会、晴れるといいですね！

# ミラーレスカメラ、一眼レフカメラを 家族写真撮影を通して学ぶ講座

## ◆ フォトグラファーな人に憧れる。我が子が可愛いうちにいい写真が撮りたい！

せっかくカメラを買ったのに、使いこなせない。  
写真も勉強してみたいけど、子育てしながら教室に通うのは難しい…。

でも、今この一瞬の子供の成長の日々をフォトグラファーに頼らず自分で撮影することができたらいいのに。

写真撮影スキルは身につけておいて絶対に損のないスキルです。  
写真と仕事というフォトグラファーという職業ばかりが目につきますが、  
例えばハンドメイド、料理、どんなビジネスにもビジュアルで訴求する必要性があり、  
写真撮影のスキルがあると様々な分野で役に立つのが特徴です。  
ママアカでは様々なカメラとフォトグラファーにまつわる講座を用意しています。

## ◆ ファミリーフォトコースとは

家族写真撮影ができるフォトグラファーになる！を目標に全国どこでも  
オンラインでおうちで学ぶことのできるカメラ初心者さんに世界一優しいカメラ講座  
ご自身の家族や友人家族を撮りたい、いつか家族写真撮影を仕事にしてみたい。  
カメラを使いこなせなくても安心してご参加いただけるカメラ講座です。



## ◆ マニュアルモードって何なの？お得な1day講座も定期開催中！

