

横浜市岩間市民プラザ

初心者のための

# ビデオカメラ撮影入門講座

## テキストブック

### タイムマシーン使ってますか？

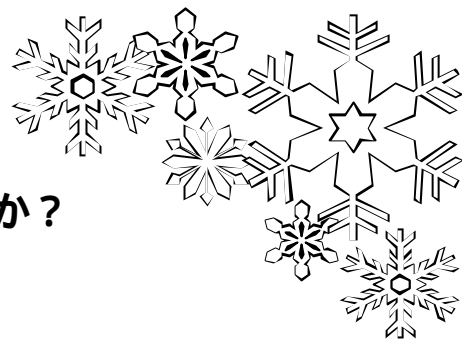
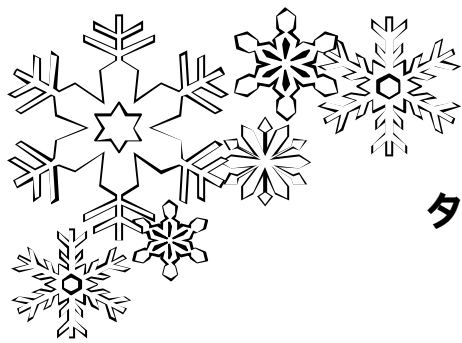
僕が子供のころはパチカメ（写真機／スチールカメラ）さえも  
ままならない時代だったのにいまやビデオカメラも一家に一台

15才の娘が自分の生まれた時からのビデオを見て「キャッキヤ」  
言って喜んでる姿を見る度「タイムマシーンを買って良かった」  
と（当時そうとう無理をして購入した）つくづく思ってしまう

できることならば自分の生まれた頃の映像を見てみたいと思う  
が過ぎ去った時間はいくらお金を積んでも決して戻る事はない

企画 (財)横浜市文化振興財団  
(横浜市岩間市民プラザ)

協力 株式会社 アステル



ブログ  
タイムマシーン使ってますか？

## テキスト 目 次

とにかくカメラに触ってみよう！  
ピントってなんなの？  
望遠と広角  
カメラを動かすということ  
Tool（道具）

コラム  
これが キ・ラ・イ!!

VF（ビューファインダー）の視度調整

コラム  
結 露

お日様には勝てません  
水平線は水平線  
沈黙のビデオ

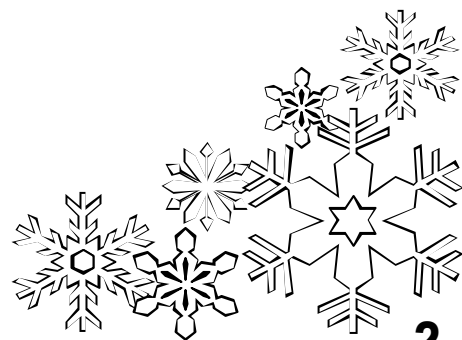
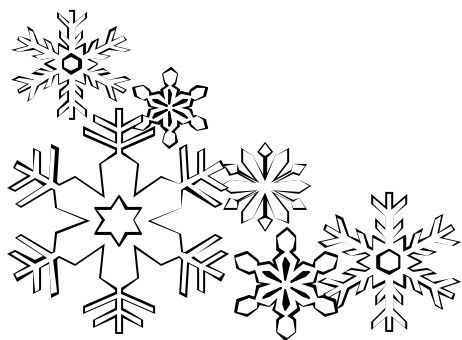
コラム  
入れるべきか、消すべきか

安定した画を撮る

コラム  
手ブレの原理

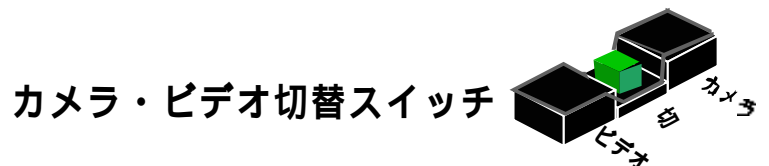
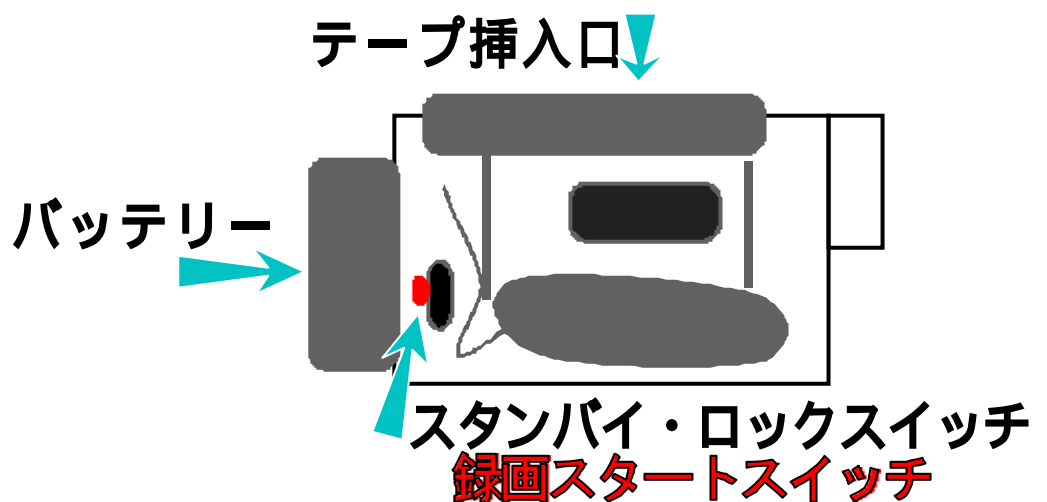
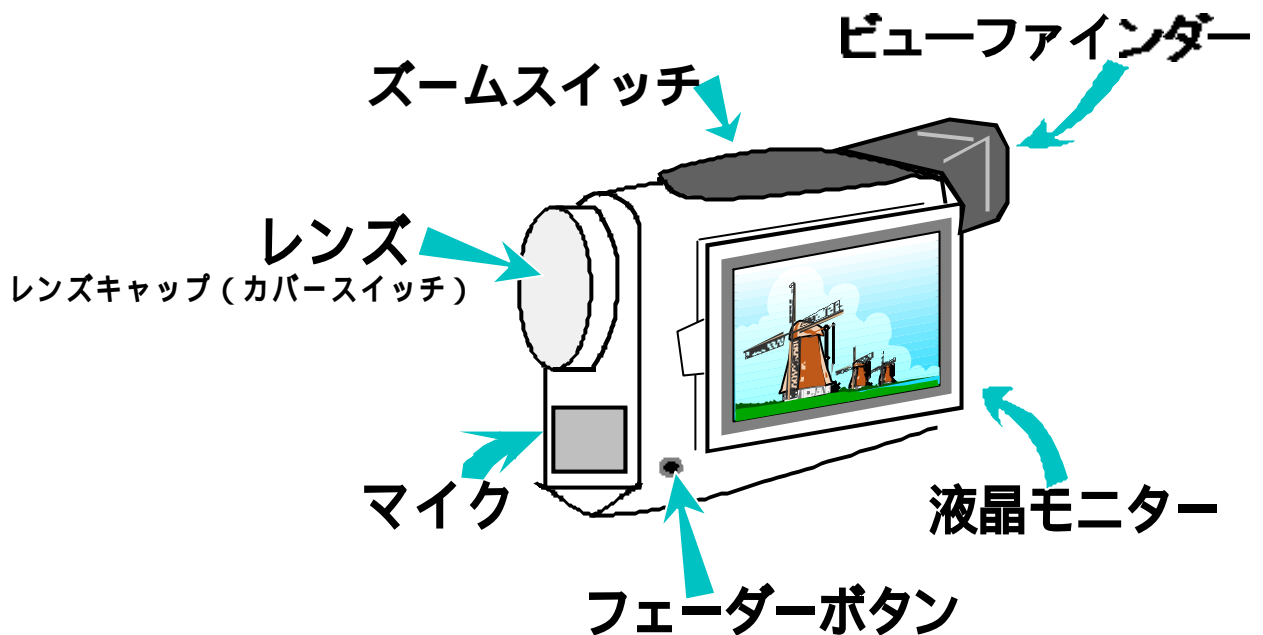
忘れるときは、出かけずに  
タイトルでも入れましょうか  
もう一步踏み込んでみよう!!

APPENDIX  
いざ撮影!! 番外編  
ビデオ雑学講座



# とにかくカメラにさわってみよう！

これだけは覚えよう



## その他のスイッチ

カセット取り出しスイッチ  
オートロックスイッチ  
日付・時間スイッチ  
ビデオ系スイッチなど

# ピントってなんなの？

被写界深度の応用

被写界深度：「ひしゃかいしんど」と読む  
一言でいえば「ピントの合う  
範囲」の事。

ほとんどのカメラは、広角で撮影する場合、晴天の  
日中であればピントを2～3mにすれば、どこでも  
ピントが合います。

はじめのうちはオートフォーカスで良いでしょう。



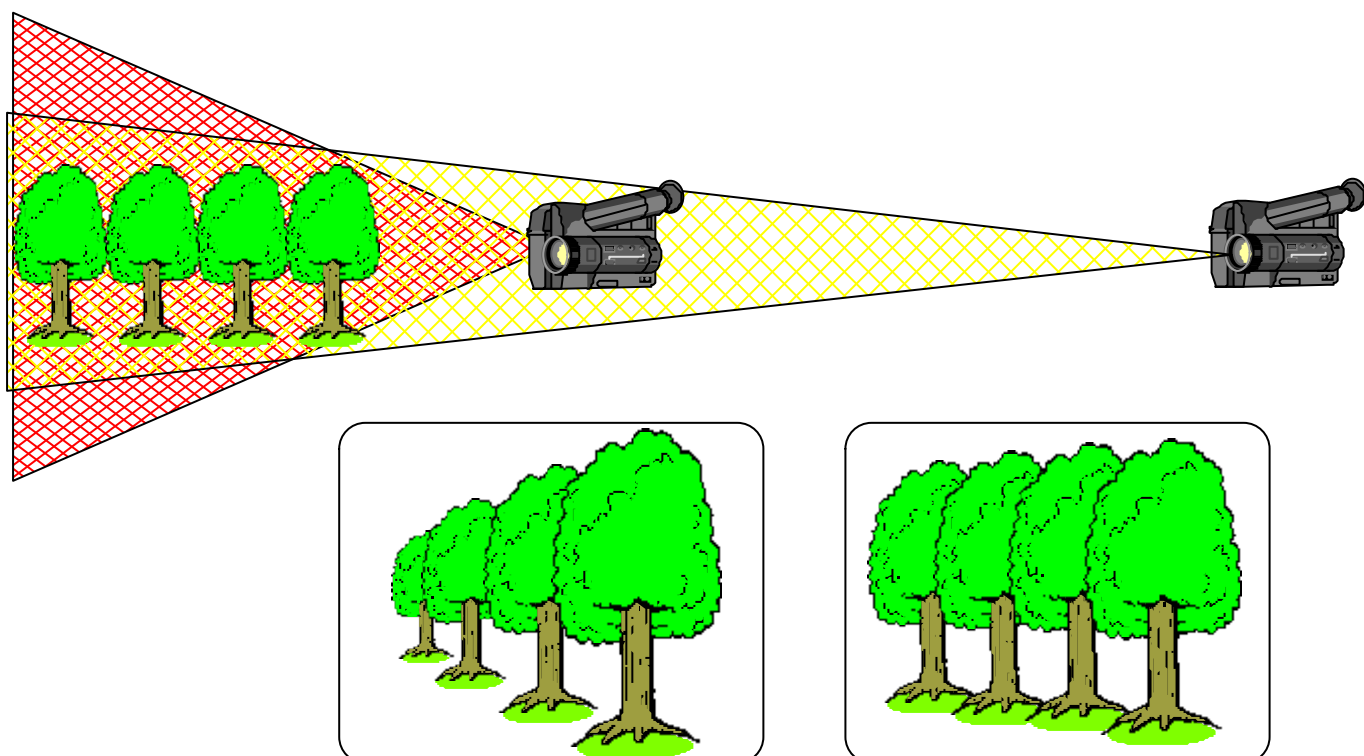
ピントがあっている



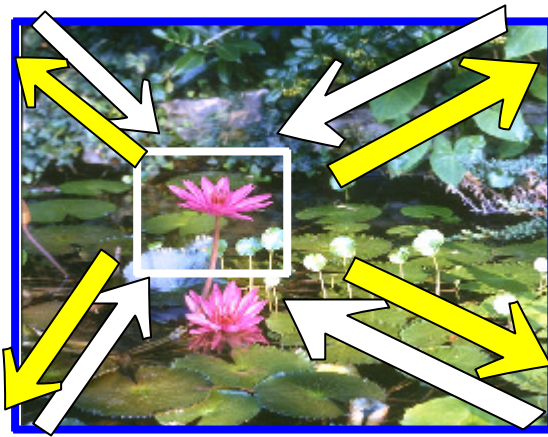
ピントがずれている

## 望遠 (TELE) と広角(WIDE)

望遠とアップを混同しないように！！



# カメラを動かすということ 用語解説



**ズーム** ; カメラ位置を変えないで  
レンズで被写体の大きさ  
を変えること。

**ズームイン (ズームアップ)**

集中・緊張

特定の物を大きくはっきり見せる

**ズームアウト (ズームバック)**

弛緩・開放

その回りにあるものを見せる



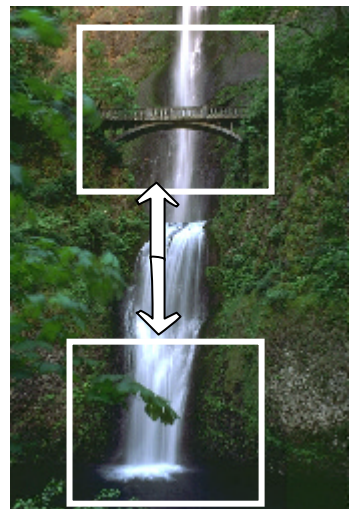
**パン**

→ パン

← 逆パン

↑ パンアップ

↓ パンダウン



**フォロー** ; 動きのある被写体をその動きに合わせてカメラが被写体を追っていくこと。

**トラック** ; 上の3つと異なり、カメラ自体 (カメラマン) が移動しながら撮影する。

**フィックス** ; カメラを固定して撮影する。(撮影の基本)

ちょっと難しい話です。

映像の原点は「固定された画面の中で被写体が動く」ということです。

そして、やむを得ず動かす場合も最小限の動きに収める。

という原則を破ってカメラが動くとき、迫力が生まれ、作者のテーマが伝わって来ることもあります。

# Tool (道具)

- 1 カメラ・・・説明の簡略化の為、VTRを含めてカメラと記します。
- 2 テープ・・・1本のテープに1タイトルが原則。  
予備テープも準備。  
成長記録などは、30～60分テープが良い。
- 3 バッテリー・・・取説(取扱説明書)の連続撮影時間の50%位が使用可能時間(実撮影時間と表示している)。
- 4 AC関連・・・発表会など長時間の撮影では、ACコンセントから直接電源を取る。旅行には充電器も。
- 5 取説・・・取扱い説明書。読めば読むほど解らない一品。  
新機能満載のカメラ、教えてくれそうな人に  
読ませて、教えてもらうっていうのもアイデア。  
機材リスト(忘れ物防止)を作っておくと便利。
- 6 ワイコン、フィルター  
・・・レンズ保護用フィルターは、レンズ保護機構のないカメラでは常用品。ワイコン(ワイドコンバージョンレンズ)は、できれば常用したい。
- 7 その他  
    レンズクリーニングキット  
        是非揃えて欲しいものの1つ。海水浴、スキー等では必需品。レンズをシリコンクロスやハンカチで拭くのはご法度。  
    ガムテープ  
        必ず何かの役に立つ!!  
    ビニール袋  
        雨や雪よけ、しぶきよけ、結露(コラム参照)防止など、いろいろ役に立つこと請合い。  
        カメラが入る大きめの袋を。  
    マグライト(小型懐中電灯)  
        花火撮影や発表会に  
    カメラバッグ  
        写真用の布製のクッションの入ったものでOK。

## Column

取扱い上の注意事項  
ビデオの宿敵ベスト10  
(ビデオカメラはこれがキライ)

|            |                                 |
|------------|---------------------------------|
| 1 : 水      | 海、川、雨、雪                         |
| 2 : 温度     | 高温、低温                           |
| 3 : 衝撃     | 落下                              |
| 4 : 湿度     | 結露(下コラム参照)                      |
| 5 : 太陽     | V F (ビューファインダー<br>ビューファアと略して呼ぶ) |
| 6 : 埃、砂    | ドロップアウトの原因                      |
| 7 : 汗、脂    | レンズ。指紋の付いたレンズ<br>での撮影禁止!        |
| 8 : 高輝度    | スミア                             |
| 9 : 磁石     | テープ                             |
| 10 : 古いテープ | ヘッドの目詰まりを起こす。                   |

今回は、フルオート撮影を基準  
にしますので、あまり難しく考  
えないで気楽にいきましょう!!

## V F の視度調整

フルオートで撮影していても矢張りビューファアが命。  
この視度調整が合っていないと他人の眼鏡をかけて街を  
歩くのと同じ。ファインダーの中に表示されている文字  
がハッキリ見えるように調整。

## Column



### 結露

「なんだかわからないけど動かない」理由のトップ  
夏、ビアガーデンでジョッキの回りに水滴が付くの  
と同じ原理。  
カメラの中の金属部分に水滴が付くと、テープを保  
護するため動かなくなってしまう。

# お日様には勝てません

窓に向かって影絵の時間。  
さて、ビデオはカットカットをつないで一つのストーリーを創ります。

「窓から外を眺める少女・・・」

どうしてもこういう場合、冷静な判断を失ってしまい、少女の後ろから窓と少女をいっぺんに撮ってしまいます。

1 カットですべてを語るのではなく、例えば

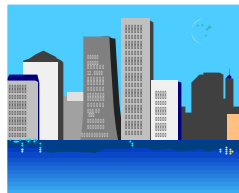
部屋の全景。画面の隅に窓と少女

少女のアップ（または横顔）

窓の外の雄大な景色

と、3 カットで構成すれば逆光の心配はなくなります。

## 水平線は 水平線



## 沈黙のビデオ

望遠撮影は、ノイズのホームラン王！

ビデオの楽しさは、「動く画」と「音(声)」にあります。

きれいに撮れているのに、声がとても小さく何を言

っているのかわからない。

これは、被写体との距離が離れすぎているから。

「近づけば解決!!」と非常に簡単に解決しそうですが

結構難しい。

**1 m以内**での撮影が効果的です。

### Column

#### 入れるべきか、消すべきか

日付や時間は、目的を持って入れたいもの。

どうしても見ている人に時間をわからせたい理由でもないかぎり消しておくほうがスマートです。

日付は、テープの頭のクレジットや黒（白）の部分に入っていればわかるし、時間は、腕時計や街角の時計を映すことによって表現できる。

山の中では「わー、12時過ぎちゃった！ おべんとう食べよ！」で事足りる。

# 安定した画を撮る

最も大切なのは、**できるだけ近づいてレンズを広角側**で撮影すること。

体が一番楽な姿勢で撮影する為、基本的には

足は肩幅で

右手は、グリップベルトに通し、しっかりカメラをホールド、ベルトもしっかり絞めておく。

左手は、カメラの底部分を支える。

両手でしっかりホールドするのがコツ。

ビューファースは、顔につけて両目を開ける。

その他、壁、柱、膝、地面…あらゆるものを利用する。

液晶ビューカムタイプは、両ひじを絞りぎみに脇を絞め、できればひじを胸に付き、重さを支える。

基本的に三脚は使わない。三脚を使うより、フットワークを生かしたほうが良いものが撮影できる可能性が高いものです。

## Column

### 手ブレの原理

「望遠撮影をするとは手ブレが目立つ」のでしょうか？  
確かに物理的なブレは、望遠側になるほど大きくなります。  
しかし、実際に撮影すると、ブレが最も目立つのは、広角で風景を撮っているときです。  
これは、「動いてはいけないもの」が動くため、生理的にブレを大きく感じてしまうからです。

目立ち方を基準に考えたブレの大きさ

| ブレの目立ち方 | 小 ← → 大 |     |
|---------|---------|-----|
| レンズ     | 広角側     | 望遠側 |
| 被写体の動き  | 動きがある   | 静物  |
| 被写体との距離 | 近い      | 遠い  |
| 被写体の大きさ | 大きい     | 小さい |

従って、三輪車に乗った子供を追いかけているときや表情のアップなどでは比較的目立たず、全身を撮っている場合等は動いてはいけない背景によってブレを目立たせてしまいます。

「ブレを目立たせない」事と、手近な三脚代わりを見つける目を養うことが、上達の秘訣ではないでしょうか。

# 忘れる時は、出かけずに

「カラ撮り」する。（テープの頭に20～30秒の黒(白)を録画）  
音の確認も忘れずに。

テープの爪もここで発見。8mmは、爪が閉じて録画禁止。VHSは  
反対に爪を折ると録画禁止。撮影は、できるだけ新品テープを。

## テープの頭と終わりの処理（重要）

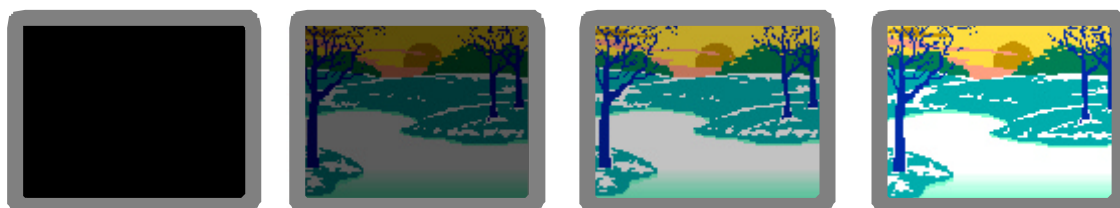


### 黒(白)の録画の方法

- その1 レンズキャップをして録画。但し、カメラによってはノイズ(ざらつき)が多くなる。
- その2 タイトルメモリー機能を持っているカメラの場合は、この機能によって好みの色を作るが、フェード色と同色が原則。
- その4 ピントをずらして白い紙を映す(最後必ずF・Oする)
- その3 「ビデオ」で録画してしまう。

黒(白)から徐々に画が出てくること

F・I (フェード イン)



F・O (フェード アウト)

面が徐々に暗く(明るく)なり黒(白)になること

# タイトルでも入れましょうか

## 1．日付タイトル

前項の「テープの頭」に日付を入れるだけの超簡単タイトル。

1999.12.31

## 2．簡単現場タイトル

現場の看板、ポスター、象徴的な風景を撮影するだけ。ナレーションも入れてみよう簡単タイトル。



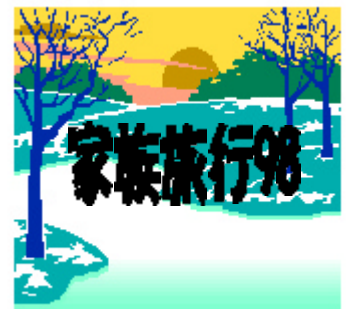
## 3．文字タイトル

コピー用紙などにタイトルを書いて撮影。

雅史  
初めて自転車に乗る

## 4．絵画写真タイトル

3の方法では味気ないので、お気に入りの絵や写真などを準備。薄いセルロイド板に水性マジック（ホワイトボードマーカーなど）でタイトルを書いて、写真などの上に置いて撮影。ちょっとややこしい。



## 5．カメラ内蔵タイトル

カメラ内蔵のタイトラーを使う。

但し、ローマ字とカタカナしか入らないなど苦勞の割には報われないが、撮影中に入れられるのがメリット。

カメラのタイトル機能を使う。

かなり面白いことができる機能なのに最近のカメラには殆ど搭載されていないというもったいないタイトル。



# もう1歩踏み込んでみよう！

とにかくにも  
キーポイントをもう一度くり返せば

## レンズは広角

安定した画面。

## 被写体に近づく

音（声）を生かした収録。

## ズームは使わない

足を生かす。バッテリーも長持ち。

## ナレーションを入れる

リズム感のある撮影。

## エンディング

尻切れトンボにならない。

# APPENDIX

## いざ撮影!! 番外編

### カメラの高さによる約束

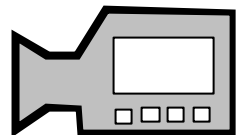
幼稚園の先生は、しゃがんで、園児と同じ目線で話をします。

ビデオも相手（被写体）の目の高さにカメラを据えることが最も自然。

「めだか」以外の高さにカメラを据えると、そこには主張が出てきます。

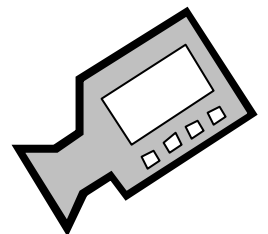
#### 目高（めだか）

最も自然なカメラアングル。前後の流れから、視聴者はどのようにも受け取ることができ、あらゆる表現に使うことができる。また、被写体に対し、第3者的なカメラではなく、いかにも「撮影しています」というイメージから抜けられる。



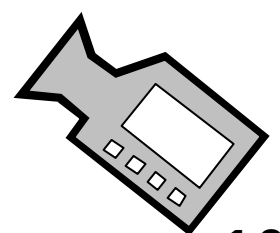
#### 俯瞰（ふかん；鳥観のこと）

威圧的なイメージを与える。公園で、泣いている子供の前に大人が立っていれば、その子は「叱られて」いて大人がしゃがんでいれば「慰められている」と見える。



#### あおり

威風堂々、「俺は偉いんだぞ」的なショット。より高く、大きく見せる効果もある。あまり極端なあおりはイヤミに見える。画面に入りきらない高層ビルなどは、あおってやると入りやすい。



# ビデオ雑学講座（ビデオの管理）

## テープ

立てて保管するのが基本。  
気温、湿度の変化が少なく、風通しの良いところ。  
従って、北向きの部屋や、押し入れ、引き出しの中などは×。  
半年に一回はデッキにテープを入れて「早送り(FF)」する。  
テープエンドまでくると自動的に巻戻る。  
これで、テープの中に風を通し、カビなどの防止をする。  
できるだけ途中で止めて取り出さないようにする。

## カメラ本体

保管場所は、テープと同様。  
少なくとも月に一度くらいは動かすほうが故障は少ない。

## バッテリー

保管場所は、テープと同様。

管理方法 - 1（リフレッシュ機能付きチャージャー）  
月に一度は充・放電を行う。(電源をつないでセット)  
電源をつながないでチャージャーにセットし放電のみ行う(最長12時間程度かかる)

管理方法 - 2（リフレッシュ機能のないチャージャー）  
月に一度はリフレッシュ。方法は、テープの入っていないカメラにセット、「ビデオ」にしてカメラが動かなくなる（これで放電状態となる）まで待つ。

放電終了後は速やかにカメラから外す（過放電防止）。  
放電状態で長期間放置すると完全放電してしまうので  
月に一度は充・放電を行う。

**バッテリーの使用時間が、取説の80%以下になったら、**  
数回の充放電を繰り返す（リフレッシュ）。

リチウムイオンバッテリーの場合。

基本的にメモリー効果は生じない。

ニッカドバッテリーに比べ倍のサイクル特性を持ち、自己放電も少なく、温度による使用時間変化も少ない

「放電」とは終止電圧値（定格電圧の80%前後。定格6V(ボルト)なら約5Vまで電圧を落とすこと。）終止電圧を越えて放電すると再び充電できなくなることがある。

## 事 件 発 生

### 撮影したはずのシーンがいつの間にか消えてしまった。

- 月 日 大事な一人息子の運動会。おとうさんは買ったばかりのピカピカのビデオカメラで撮影をしていました。やっと一人息子のA君の50m競争です。A君は、なんと1番でゴール。もちろんおとうさんもしっかりゴールまでビデオを回しつづけたのでした。その感動が大きすぎたのか、次のシーンを何にしようか随分迷って結局何も撮らずに終わってしまいました。帰り道おとうさんは、いいことを考えました。A君にインタビューしてそれをエンディングにしよう！インタビューも無事に終えて家族そろって50m競争を見ているとなんとA君のゴール寸前でインタビューが始まってしまいました。確かにゴールしてからストップしたはずなのに…？

### 解 説

ビデオは、一旦ストップすると必ず2～3秒巻き戻ってから止まります。そして、スタートボタンが押されると2～3秒再生してから、カメラが勝手に録画を開始します。どんどん撮り続けている間はいいいのですが、電源を何度も入れなおしたりするとジワジワ巻き戻ってしまい、このようなことになってしまいます。

### 対 策

- その1 「ここまで」と思ったら、ゆっくり3秒数えてストップ。
- その2 それに加えて最悪消えてしまっても良いカット(例えばその辺の風景や花等季節をあらわすものなど)を10秒ほど撮影する。
- 事によって、ほぼ防げる。

### 防 止 策

#### 自分のカメラの癖を知る

秒針のついた時計（壁掛けが良い）を撮影し、丁度12を指したところでビデオをストップする。  
電源の「入り」「切り」を数回繰り返す。  
12を指したところで再び録画開始すると、どれくらい削られてしまったのか。また、同様にスタートボタンを押してから何秒後に録画が始まるかもわかる。