赤ちゃん目線で写真生き生き

静岡のカメラマン指南

赤ちゃんの表情をうまく撮りたい。成長する姿を記録に残したい。でも、ぶれたり、暗くなってしまったり―。お母さんの悩み解決のために、NPO法人「よしよし」（末吉喜恵代表）＝静岡市＝が写真講座を開いた。フリーカメラマンで2児の母親でもある望月やすこさん（41）＝同市＝が、撮影のポイントを紹介した。

「スマホのレンズを下にしてみて。床に付けてもいい」。赤ちゃんを撮るポイントを紹介する望月やすこさん（中央）＝静岡市葵区の洞慶院

「スマホ レンズ下に」

まずは、たくさん撮る。「シャッターボタンを押す力でぶれることが多い。連写機能を使うと、後半の写真は手ぶれの影響を受けにくい」。七五三をはじめ、赤ちゃんや子どものアルバムも手掛ける望月さん。千枚撮ってアルバムに使うのは20枚ほどという。

撮影する姿勢は低くする。「立ったまま上から撮ることが多いのでは」。座ったり、かがんだりして赤ちゃん目線に近づいて撮ると、表情が生き生きしてくる。

自然光で撮ることを意識する。ストロボを使うと、光が当たりすぎて表情が白く浮いてしまう。室内で過ごすことが多い赤ちゃんの場合、望月さんは窓際で撮ることを勧める。顔の横に光が当たる状態がベスト。屋外の場合は影が出ない曇天の日が良い。

手元にあるカメラがスマホだけという時も多い。「スマホでも画質は十分。本体のレンズを下にするだけで、より低い位置から撮れる」。手や耳のアップもかわいらしい。裸の写真は赤ちゃんの時だけだ。「授乳、抱っこ、おむつ替えなど、お母さんが世話している写真もお父さんに協力してもらい、記念に残しましょう」

さらに、「子どもがぐずって泣いていても、カメラを向けると腹立たしさがなくなってくる。言うこと聞いてくれない場面も撮ってみて。子育てが楽しくなりますよ」とアドバイスした。

思い思いにアルバム作りを楽しむ「ほっとフォトくらぶ」のメンバー＝浜松市中区

ママ友とアルバム作り

浜松のサークル 飾り付け〝十人十色〟

していない。整理する暇がない―。それなら、母親同士で集まってアルバムを作ろうと、浜松市のママサークル「ほっとフォトくらぶ」（青嶋恭子代表）は月2回、子ども連れで活動している。

写真選びに始まり、台紙にレイアウトし、マス色紙などを使って飾り付けていく。旅先のパンフレットやおしゃれな包装紙も切り取って飾りに加える。

「凝らなくていい。タイトルやコメントを添えるだけでもアルバムらしくなる」と青嶋さん（39）。

「皆で相談したり、飾りを交換したり。仲間がいると作業も進みます」と笑顔で話す。

アルバム展や撮影会も行っている。

図書室

「防災ピクニックが子どもを守る！」
MAMA―PLUG 編著

子どもとともに、防災訓練ならぬ防災ピクニックを勧める一冊。

まずは最寄りの避難所まで歩いてみる。道々にある危険箇所をチェックする。お弁当は非常食だ。防災ピクニックが成功したら、次は防災キャンプへ。子どもにとって、テントで眠ることや暗闇を経験することが大切という。

命を守り
ミュニケー
きる力を、
えてほしい
（KAD