

# 令和2年度 広島中支部活動報告

今年度の研修会を、下記の通り開催いたしました。

日時：令和3年1月23日（土） 13:30~15:00

場所：広島県健康福祉センター 7階 中会議室

## 講演

演題 『写真の初級講座』

講師 （公社）広島県栄養士会 顧問 松原 知子 先生  
理事 藤井 葉子 先生

### 講演内容

- ① カメラの基本操作
- ② 写真の撮り方、撮られ方
- ③ 料理撮影のポイント
- ④ 実習「料理の撮影」
- ⑤ フォトギャラリーを利用した写真の編集



レシピ紹介などに添付する料理の写真を魅力的に撮影する方法を学ぶことを目的に、研修会を開催しました。

カメラの機能についての講義では、それぞれの機能を用いて撮影した写真の提示があり、イメージを掴むことができました。また、画面構成についても具体例を交えた説明がありました。

その後、料理の写真を撮影する実習を行いました。アルミホイル製の手作りレフ板で明るく、また、ランチョンマットで背景を工夫しつつ、さまざまな機能や構図を試し、撮影しました。

実習の後は、パソコンに写真を取り込み、明るさや色などを調整する方法を学びました。

参加者からは、カメラの使い方や写真の撮り方を基礎から学ぶことができたと好評でした。

