

宇都宮の豊かな水とともに

私たちのくらしと水

2013.3.3

No.37

特集／水と生活 **3**

春の水辺を撮る 「プチ旅」へ

- 安全・安心な宇都宮のおいしい水
- 快適で安全な暮らしを守る下水道
- 雨水貯留タンクを設置してみませんか？

春の水辺を撮る「プチ旅」へ



寒い冬が過ぎて、春の兆しが見えてきました。カメラを片手に春の水辺を巡るプチ旅へ出かけてみてはいかがでしょうか。今回は、宇都宮のおすすめの水辺スポットと、春の水辺をよりすてきに撮影するテクニックを紹介します。

デジタルカメラで写真を撮る

構え方



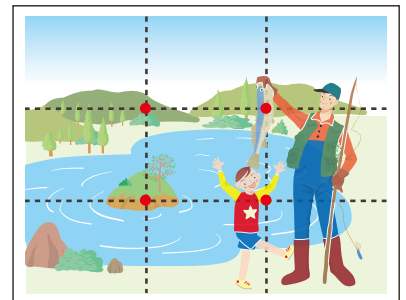
両脇をしっかり締め、両足を少し開いて体を安定させます。こうすることで手ぶれを防ぎ、きれいに水辺の風景を撮ることができます。

ピントの合わせ方



シャッターボタンは2段階式になっています。軽く押して(=半押し)ピントを合わせます。この状態のまま構図を決め、最後に軽く息を吐きながらシャッターボタンを押し込みます(=全押し)。

構図



画面を縦横3つに分割して、線の交点となる赤い点上のどこかに撮りたい被写体を配置することで、バランスの良い構図になります。



環境に油を使わないダイエットレシピ

調理時間 約10分 塩分 0.6g

揚げない鶏のから揚げ

1人分のエネルギー 219kcal
(参考:揚げた場合のエネルギー 311kcal)

【材料】2人分

鶏モモ肉/200g

A (めんつゆ/大さじ2 おろし生姜/少々 おろしにんにく/少々)

片栗粉/少々 パセリ/適量 レモン/1/2個

【作り方】

- ① 鶏モモ肉は一口大に切り、Aと混ぜ合わせる。
- ② ①にラップをして電子レンジ(500W)で3~4分加熱し、完全に火を通す。
- ③ ②に片栗粉をまぶし、グリルで途中、上下を返しながらかんがりするまで焼く。
- ④ ③を皿に盛り、パセリ、くし形に切ったレモンを添える。

【ポイント】

- 油を使わず、グリルで焼くので環境に優しいレシピです。
- 電子レンジの後、グリルで焼くと外側がカラッと仕上がります。(東京都下水道局提供)

知っている便利なテクニックで撮影力UP
**宇都宮のすてきな
 水辺風景**



SPOT
01

**栃木県中央公園
 昭和大池**

中央公園内では、シダレザクラ、ソメイヨシノ、ヤマザクラと開花時期の異なる桜が咲くので、訪れる時期によって違った楽しみ方ができます。

所在地
 宇都宮市睦町 2-50 中央公園管理事務所
 ☎636-1491

ワンポイントアドバイス



＼撮影対象を絞る／

人の眼は広い範囲を見ることができ、集中したときや感動したときは、一点を捉えているものです。どれだけ範囲を写真におさめるかで、写真のきばえが変わります。花を見て感動した部分に集中して撮影してみましょう。



SPOT
02

田川

日光市を源流とし、宇都宮市の中心部を流れる一級河川です。田川サイクリングロードが整備され、自転車に乗りながら気持ち良く春の風景を楽しむことができます。

ワンポイントアドバイス



＼シャッタースピード／

シャッタースピードを速くする機能を選択することで、水面のキラキラと光る反射を撮ることができます。また、うまく撮るコツは、一度岩など水面以外の場所にピントを合わせてから、水面にレンズを向けることです。

SPOT
03

**宇都宮市
 森林公園**

赤川ダムを中心にキャンプ・バーベキュー・サイクリング・ハイキング・釣りなどが楽しめる緑豊かなアウトドアスポットです。

所在地
 宇都宮市福岡町 1074-1
 自然休養村管理センター
 ☎652-3450

ワンポイントアドバイス



＼シンメトリー／

左右または上下対称となっている構図です。水面に風景を写りこませることにより、造形的な美しさを見せることができます。水平に注意し、上下のバランスを調整しながら撮影してみてください。



表紙のストーリー

宇都宮市下栗町の菜の花畑

宇都宮市下栗町の一角に広がる菜の花畑です。春の訪れを感じることができます。カメラを片手に気に入りの場所を探しに出かけてみてはいかがでしょうか。



上下水道局へのはがき (H24.12.2発行 No.36)

◆お客様の声

社会科見学は子どもの頃から大好きで、浄水場にも行ったことがあり、広報紙(前回)で改めて水道水のありがたさを感じました。何気なく使っている水道水ですが、皆さんの仕事の上で成り立っていることを感じました。(屋板町 主婦 女性)

◆上下水道局から

浄水場のほかに水再生センターも見学ができます。これからも安全で安心な水の供給、また、下水の適正な処理に努めていきます。