



talk! talk! talk! 農産物流通・ITコンサルタント・山本謙治さん



農産物流通・ITコンサルタント

山本謙治さん

農業、農産物のコンサルティングサービスを提供する、株式会社グッドテーブルズの社長として、全国の生産地を飛び回る山本謙治さん。出張先で出会う美食を紹介するブログが人気を呼び、食の批評家、食のジャーナリストの顔も持つ。料理や農作物の写真撮影をライフワークとし、腕前はプロ級。今回は撮影テクニックから、食と対峙する日々のことまでをたっぷりとお話いただいた。

プロフィール

やまもとけんじ。1971年、愛媛県生まれ、埼玉県育ち。高校時代に学食で食べた有機野菜がきっかけで農業に興味を持つ。慶應大学環境情報学部在学中には、畑を作りたいと思い立ち、キャンパスの土地を借りて開墾。80種の野菜を育て、畑サークル「八百藤」を作る。同大学修士課程修了後は株式会社野村総合研究所、株式会社シラフと籍をおき、農業団体、流通会社、販売店と、作る側、出荷側、販売側のすべての仕事に関わる。その経験を活かし、2004年に農作物の生産から販売までを包括してコンサルティングを行う会社、グッドテーブルズを設立。年間120日程度は出張にでかけ、商品開発やビジネス支援など多忙な日々を送る。自身のブログ「やまけんの出張食い倒れ日記」にて、さまざまなおいしい食べものや食文化、農業の現状などを文章と写真で伝え、食生活ジャーナリストとしてリアルな情報を発信し、多くの読者から支持を得ている。著書に「日本の食力」（家の光協会）「日本の食は安すぎる」（講談社）「実践農産物トレーサビリティ」（誠文堂新光社）「やまけんの出張食い倒れ日記 東京編」（アスキー）「やまけんの全国出張食い倒れガイド」（フォーバイフォーマガジン社）がある。現在、「NHKきょうの料理」（NHK出版）、「専門料理」（柴田書店）、「おかずのクッキング」（テレビ朝日出版）、「やさしい畑」（家の光協会）に連載を持つ。

Beginning 出会い

「うまかった〜！」を写すために

山本さんは自身のブログで写真をたくさん掲載なさっていますが、もともと写真がお好きだったのですか？

いえ、カメラはほとんど使ったことのない人間でした。でもブログを始めたときに写真も載せられるということで、デジタルのコンパクトカメラで出会った食べ物の写真を記録的に撮るようになったんです。それが2004年の後半あたり。以降、ひとつの記事にたくさん写真を載せるようなスタイルになりました。今では料理の写真をアップでブログに載せること自体、ごく当たり前になりましたが、当時は珍しかったと思いますよ。

ブログを拝見すると、現在は一眼レフカメラをお使いのようですが、どのようなタイミングでコンパクトカメラから移行されたのでしょうか？

写真を始めた当初、僕は一眼レフカメラで撮る意味って何なのかわからなかったんです。コンパクトカメラでもちゃんと撮れるから十分！と思っていました。ただ、ひとつきっかけがあったんです。ありがたいことに、ブログに載せてきた内容を「やまけんの全国出張食い倒れガイド」という本にしませんか、とお声をかけていただきまして、その際に文章と写真素材を全部くださいと言われたんです。それで今まで撮影してきた写真を渡したんですが、何枚かは写りの問題で再撮が必要でした。編集の方からは「一眼レフカメラを買った方がいいですよ」と説得されて。僕は「え〜やっぱり買わなきゃダメなの？」って思っていたんですが、結局そのとき1台買うことにしたんです。

しぶしぶという感じだったのですか（笑）。そんな中で初めて一眼レフカメラで撮ってみた感想はいかがでしたか？

それが撮ってみてびっくり！全然違う！と思いました。その瞬間からカメラが違くと、こんなにも仕上がりが違うんだということが認識できたんです。今考えれば当たり前なんですけど（笑）。一眼レフカメラを買ってからは、コンパクトカメラで撮った写真はほとんどブログにアップしませんでした。それくらい「写りの違い」が衝撃的でした。

一眼レフカメラを使うようになって、さらに写真の面白さを実感されたのですか。

まさしくそうです！ どんどん夢中になっていきましたね。一眼レフカメラを買ったら、今度は「やまけんさん、レンズは何mmと何mm買った方がいいよ」と言われ、レンズも買いました。でも僕の写真に対する知識はまだその頃、mmって何？ というレベル。まったくわかっていない状態でした。レンズ選びも予算の都合だけで超広角レンズを買って、使ってはみるものの「あれ？ もっと寄りたいんだけど……」なんて困っていたくらいですね。

撮影に関しての知識はどのように学ばれたのですか？

一眼レフカメラを買って1年半くらいは、絞りもシャッタースピードも決めてくれるプログラムモードで撮っていたんです。だから知識も技術も身につけないまま撮っていました。でもある日、マクロレンズを買って、かぼすを撮ろうとしたとき気づいたんです。かぼすに近づけばその分レンズに光が入らず暗くなりますから、プログラムモードで撮っていると絞りは当然浅くなりますよね。でも僕は原理をわかっていなかった。かぼすをアップで「シャープ」に撮りたいのに、なぜかピントは一点にしか合わず、あとはボケている。「おかしいな〜」と思って、そのときやっといういろいろ本を見るなりして勉強したんです。

撮影を実践していく中で、経験上學ばれていったのですか。

そうなんです。絞りを考えたいならAモードで撮るべきなんだ！と1年半かけてたどり着きましたからね。あとは、雑誌でコラムの連載を持たせてもらっていたので、取材に行く際にフォトグラファーの方と接する機会があったんです。そこでいろいろと情報を聞かせてもらったり、教えてもらったりしました。そうする中でだんだん自分の撮影スタイルが確立されて、一眼レフカメラも何台か買い替え、今は主にNikon D700を使っています。

Pleasure 楽しみ

撮影のポイントは被写体への愛のみ！

山本さんのブログには料理、風景、ポートレートの写真が掲載されていますが、それぞれの撮影ポイントを教えてください。

まず、ポートレートに関しては開放値で撮っているだけなんです。特別なことは何もしていません。でも、多分僕はコミュニケーション能力だけは高いので、相手がいい顔で笑ってくれる瞬間が多い。それを撮るだけなんです。相手の笑っているところを

写真に収めること、それがコツだと思います。レンズの選択もカギで、今一番好きなのはAF-S NIKKOR 50mmF1.4G。名玉ですよ！

ありがとうございます。

あとは、どんな背景にするかということ。前景、後景をどうデザインするかにつきると思います。前ぼかしにするのか、後ぼかしにするのか、といったところです。でも僕の場合は構図なり背景なりをいろいろ考えるよりも、どれだけいい表情を引き出せるかという点が大事。農家さんを訪ねて行って、会っている時間はだいたい10分、20分。長くても30~40分です。その短時間で、「ども！ 初めまして」って挨拶して、コミュニケーションして、意思疎通して、こちらに瞬むけてくれたいい表情をいかに逃さずつかまえられるかということなんです。



それはとても難しいと思いますが、コツはあるのでしょうか？

何よりコミュニケーションを大事にする、という1点だと思います。僕は仕事柄、訪ねた先の農家さんが何を作っているか、何に力を入れて作業しているかを知っているわけです。だからそこに積極的に踏み込んでいって、相手の方に「こいつ素人じゃないな」とわかってもらう。そうすれば心許した瞬間の顔を撮ることができるんですよ。ポートレートを撮る際、被写体となる相手のことを知っているということは前提条件ですね。撮影時は「じゃあ写真撮りますからちょっとそこに立ってください」なんて状況ではありません。相手は仕事でし、僕だって写真は仕事の傍らで撮るもの。だから歩きながら、しゃべりながら、シャッターチャンスが来るのを待つんです。「うん、そうだよな。わかる、わかる。あ、ちょっとこっち寄って。うん、そうなんだ」という感じ。一発勝負です。だからカメラの設定は絞り優先、開放値、以上！ いい写真が撮れば、それは奇跡的なんですよ（笑）。

では、風景写真に関しては何か気をつけていることはありますか？ どれも構図がバチッと決まっていますよね。

風景写真に関しても特別何かをしているというわけではないんです。構図だって黄金分割って何？という感じです。しいて言えば水平をきちんととろうというくらい。ただ、最近はボケをどう出すかということに注力しています。というのも、D700を使う前に使っていたカメラはフォーサーズという規格で、同じ絞り値を設定しても、通常の2段分くらい被写界深度が深くなるものだったんですね。でも僕はそのことをずっと理解せずに撮っていて、自分の思った以上に絞り込んだ写真ばかりだったんです！ ですからD700を手にして、F5.6で撮ってみたときの驚きったらなかったですよ。こんなにボケるの！？ と、青天の霹靂（笑）。そういうこともあって、ボケの活かし方を楽しんでいます。

全国各地でいろいろな風景に出会うかと思いますが、その中でも特にシャッターを押したいと思われるときはどんなときでしょうか？

風景写真に関しては、本当にきれいだなと思ったものを撮っているだけです。仕事柄いろいろな土地を訪れて、日本の食が作られる現場を見ているわけですが、たとえば日本の伝統食を作っている風景というのは、仏様か何かがあるかと思えないくらい美しいんです。ゾクゾクするくらいに。そんな風景を目の当たりにできたときは、シャッターを押さずにはいられませんよね。

では最後に山本さんのブログの最大の魅力とも言える、おいしそうなお料理写真の撮影ポイントを教えてください！

僕の場合はライティングにつきます。よほど良い自然光がない限り、きれいには写せないと思っているのでストロボを使います。

どんな機材をお使いなのか、撮影テクニックとともにお聞きしてもよろしいですか？

基本カメラとクリップオンストロボ1灯、ストロボ用のディフューザーのセットを持っています。レンズは24-70mm、60mmマクロ、50mmです。レフ板などは荷物になるので、持っていきません。代わりにと言ってはなんですけど、宅配便の保冷バッグを携帯します。実は銀レフになるし、農家の方にお土産をいただいたりした際に鞆になるので、僕にとっては必須アイテムなんです（笑）。これは案外フォトグラファーさんから面白いって言われますね。撮影時はストロボはカメラにつけず、料理の斜め後ろから発光させます。場合によってはストロボの中にトレーシングペーパーを挟んで、光のかたさを調節したりと、いろいろ工夫しています。テーブル全体を撮るのは難しいですが、ひと皿ならこの方法できれいに撮影できますよ。60mmマクロレンズは、椅子に座ってテーブルに載った料理を撮るのにぴったりの焦点距離になる僕にとっての黄金レンズです。でも機材やテクニックうんぬんより、僕の撮影の1番のポイントは食べものに対する愛です！ それ以外ないですね。

Photo's 作品紹介

全国を飛び回って撮影した日本の食と作り手 その美しさ



いわて短角和牛の放牧風景

短角牛は、岩手県の南部牛をルーツとする和牛だ。くどいサシが入る黒毛和牛とは違い、赤身肉中心の肉質。しかも、幼年期を放牧で草と乳と水だけで育てられる。これこそ日本人が食べるべき和牛だ。



バーテンダー・水澤君のマティニー
1994年の日本バーテンダー協会のチャンピオン・水澤君のマティニー。バーの暗い照明下でも、ISO3200のF3.5で1/60で撮影できる。ノイズも少ないのが素晴らしい！



ヤマブドウ農家、下河原さん（岩手県久慈市）
AF-S NIKKOR 50mmF1.4Gは僕にとって一撃必殺のレンズだ。ヤマブドウと農家さんの双方が入る画角が非常に使いやすい。農家ポートレートにはもってこいのレンズである。



愛媛県内子町・石畳地区の宝泉さんが作った栗の渋皮煮
渋皮煮の表面があまりに美しかったので、60mmマクロでSB900をワイヤレス発光させつつ撮影。暗部はわざとおこさないで表現した。



岡山県高梁市・神原ごぼうの胡麻和え
60mmマクロで、SB900をワイヤレスコントロールして撮影。同じ構図でタムロン90mm F2.8マクロで撮影した写真もあるが、被写界深度が浅くなりゴボウの描写が甘くなった。



岩手県岩泉町の安家地大根の生産者
岩手県の在来大根の代表格である安家地大根農家さんを50mm F1.4の開放で撮影。農家さんがノリノリだと撮りやすい。



京都府宮津市・こんびらうどんのうどん
60mm F2.8マクロは、料理写真を撮影するときの必携レンズだ。100mm前後のマクロレンズではワーキングディスタンスが長すぎて複数の皿を撮れない。60mmは適度な画角でピントの深さも適切なのだ。



山形村のきこり・新井谷のおじいちゃん
いい生産者さんは大体においていい顔をしている。この時は偶然、背景も綺麗だったので佳いポートレートが撮れた。使用レンズは60mmマクロ。



丹後の名酢・飯尾醸造の棚田
銘玉85mm F1.4で撮影した。晴天下で開放にすると若干オーバー気味になるが、かえてそれが、田植え後の稲を透き通った緑にしてくれる。



短角和牛の首肉のロースト
60mmマクロ+モノブロックストロボで撮影。脂でテカる料理はストロボで光をまとわせると綺麗に写る。

Future これから

いつかニコンギャラリーで展示したい！

コンパクトカメラから始まり、現在ではプロ級の写真を撮られています、撮影上達への早道はありますか？

そうですね、たくさん撮ることもそうですし、本格的にやりたいのなら、価格が手頃だからと言って入門機を買うよりも最初から上級機を買うのがいいと思います。僕はD700を買って、世界が変わりました。買う前までは、正直そんなに違うものかな？なんて思っていたんですが、D700で撮った最初の一枚のポケ具合は、体に電流が走ったくらい感動したんです。その瞬間、フォトグラファーさんたちはこの世界をベースにもの言ったり、考えたりしているんだと気づきました。それまで僕が見ていた世界と、フォトグラファーさんが見ていた世界は別物だったんだ、と思ったんです。カメラに対する価値観が変わりましたね。ですから、「高いカメラを買え！」ということではないですが、やっぱりいいものは安く作れない。高いものにはそれなりに意味があるぞ、と僕は言いたいです。

それは農作物も同じなのですね。

そうですね！ 本当にその通りです。愛情と手間がかかっていますから、安くていいものなんてあるはずがないと思いますよ（笑）。

写真を撮るといことは、山本さんにとってどういう意味を持っていますか？

僕は幸いなことに篤農家（高い技術を持つ農家のこと）の方を紹介してもらえる率が高く、作物を作るトップレベルの方に会えるんです。そういう方々は、顔つきが違うわけですよ。彼らをとらえた写真は、日本の文化遺産として残していかななくてはいけないと感じています。この国のほっといたら消えていく農作物、伝統食、それを作っている方々、そういった写真を撮っていくことが僕にとっての使命であり、ライフワークと感じています。

確かに山本さんにしかできない仕事だと思います。

ひとつ悩みなのは、忙しくて再度訪れることができないことです。またこの農家にきたい、生産者のおじいちゃん、おばあちゃんに会いたいと思っても、なかなか行けない！ お年を召した方だと、亡くなってしまうなんてこともありますから、そういう意味でも1枚の写真の意味は大きいんです。一回入魂なんですよ。シャッターチャンスは一度きり。一期一会、一食一会、一枚一会。そう思いながらファインダーをのぞいています。

ブログの読者がパソコンを通じて出会える、写真の中の人々、また作物、その環境はとても貴重なものですね。

そう思います。それに笑顔の生産者の裏にあるものに、ものすごく重みがあることを少しでも知って欲しいんです。今、日本の食は生産者にとっては厳しい状態になっています。消費者はもちろん安く安ければいい方がいい。マスコミも作物の値上げなんてとんでもない！と言って消費者の味方です。でも僕から言わせてもらえば、この国の消費者ほど守られた消費者はいないと思うんです。今、生産者はお金と手間をかけてまじめに作っているのに関わらず、買ったたかれて、利益がでない。それで農業をどんどんやめています。僕はブログで、これがうまい、あれがうまいって話をしながら、ときどき世の中に対する警鐘を鳴らしているつもりなんです。

山本さんの写真は、そういったメッセージを伝える上でも大きな役割を果たしていると感じます。最後にこれからの夢を教えてください。

最近、いつかニコンギャラリーで展示できるようになりたい！と強く思うようになりました。写真集も出したいですね。撮った写真を今のところブログや連載の中でしか発表する場がないので、もう少し違った形で多くの人に見てもらえるようになれば嬉しいですね。



[> コンテンツトップへ戻る](#)

※掲載している情報は、コンテンツ公開当時のものです。

株式会社 **ニコン** 映像事業部

株式会社 **ニコン** イメージング ジャパン

© 2019 Nikon Corporation / Nikon Imaging Japan Inc.