

STWORLD

オーロラ鑑賞ガイドブック



Aurora Viewing Guidebook

オーロラとは

宇宙から飛んでくる
プラズマが地球の
大気とぶつかり光と
なる自然現象です。

An aurora is...

「オーロラ」の語源は
ラテン語、英名は
「ノーザン・ライト」と
呼ばれています。

ガリレオ・ガリレイが
オーロラの素晴らしさを称えて、
ローマ神話の中に出てくる
「夜明けを告げる暁の女神・オーロラ」の
名前をとって名づけたと言われています。



Where can I see it?

どこで見れるの？

北極と南極の周りを取り巻く
ベルト(オーロラ・オーバル)と
呼ばれる地帯に現れます。



オーロラ・オーバルに位置する主なスポット

- ラップランド地方(フィンランド・ノルウェーなど)
 - ホワイトホース・イエローナイフ(カナダ)
 - アラスカ(アメリカ)
- ※南半球にもオーロラ・オーバルはあります。

The Colors and Shapes of the Aurora

オーロラの色と形

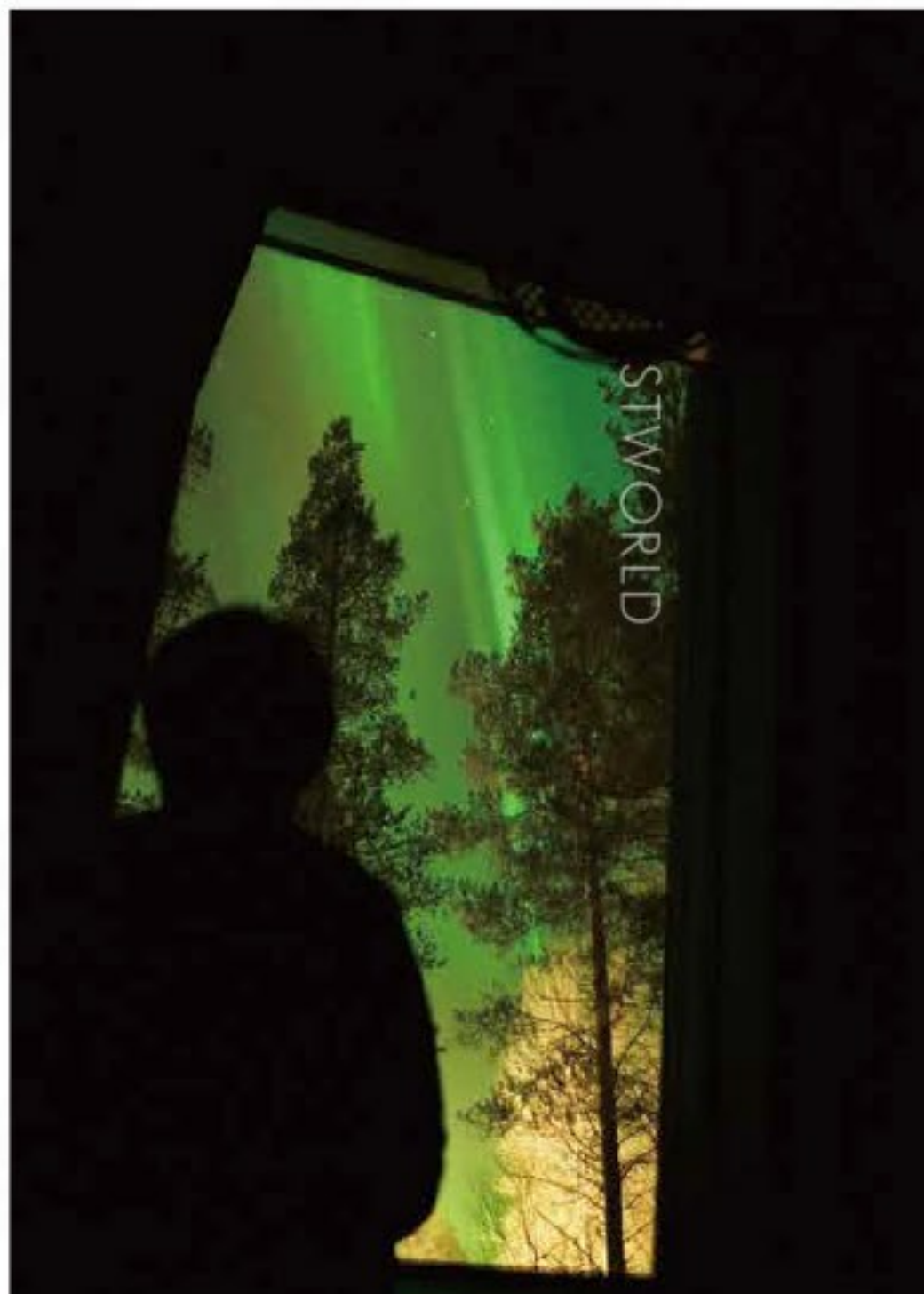
[色] 高度と空気中の成分で決まる!

180~500km:酸素 → 赤 ●

100~250km:酸素 → 緑 ●

100~120km:窒素 → ピンク ●・青 ●・紫 ●

[形] カーテン、渦巻き、爆発など
一期一会!



Catch the Aurora!

オーロラ鑑賞の確率を上げるコツ

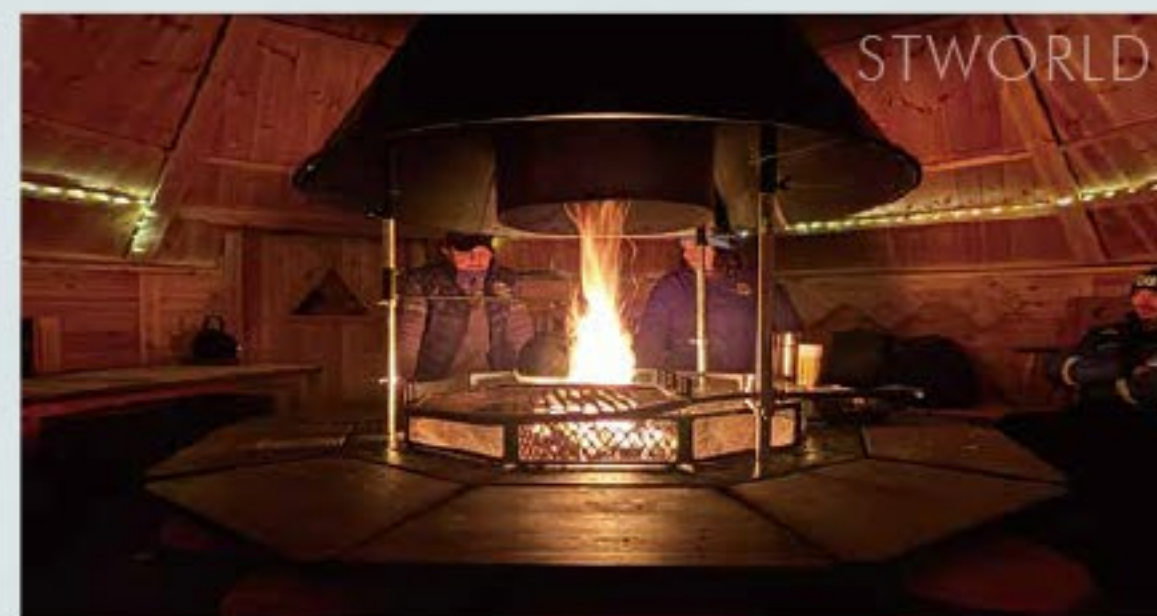
正直、オーロラが出るかどうかは運しだい・・・
ですが、オーロラを見逃さないために少しでも確率を上げるコツがあります。

★暗い所で観測! 目を慣らす★

*街中の滞在なら一度はオーロラハントツアーに参加を!



ツアーによってはオーロラ待ちの間、「コッタ」と呼ばれる小屋で焚火や温かい飲み物を楽しめるのもおすすめポイント



★予報アプリ・ライブカメラで情報キャッチ★

オーロラアラート



January 2025

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

ほとんど見えない	緑のオーロラがぼんやり見えるかも	緑や赤の明るいオーロラが見えるよ	色とりどりのオーロラが夜空を舞うよ

月齢

新月	上弦	満月	下弦

ライブカメラの例



フィンランド・イナリ湖のライブカメラ

★雲かな? いいえオーロラです★

弱い光のオーロラは一見すると雲のよう。カメラで撮ってみるとオーロラかどうか判別できます!

あれ雲だよ...と思ってカメラを通してみましょう



天気が悪くてもオーロラは出ています!



オーロラ観測で一番大事なことは・・・

「あきらめないこと」

オーロラは部屋の中には現れません。諦めずに空を見上げてみましょう!

オーロラ撮影の極意 **スマホ編**

オーロラ撮影って
難しい?

スマホでもきれいに撮れちゃいます!

感動の1枚のために! 事前に準備しておきたいもの

夜景・星空モード



通常モードでも意外ときれいに撮ることができますが、夜空に特化したモードでとるとワンランク上の写真が撮れます!

三脚



暗い場所での撮影のため、日中よりもぶれやすくなります。また、夜景・星空モードでは撮影時間が長くなりやすいので三脚は必需品です。

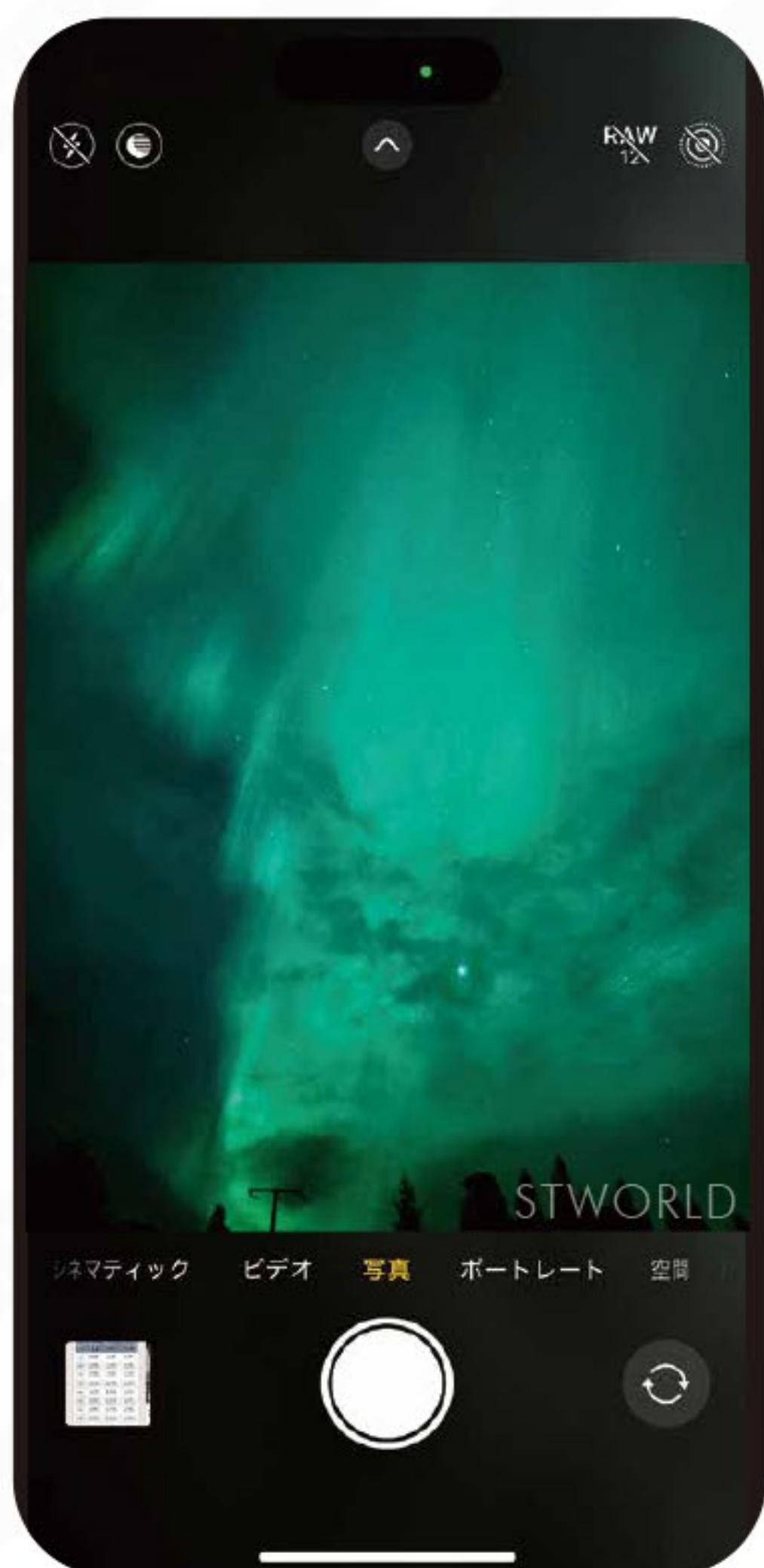
モバイルバッテリー



低温での撮影は電池の消耗が大きくなります。モバイルバッテリーなどをポケットで温めながら電源を確保するのがおすすめです。

オーロラにカメラを向けたら・・・
まずは撮ってみましょう

スマホ撮影での
調整方法

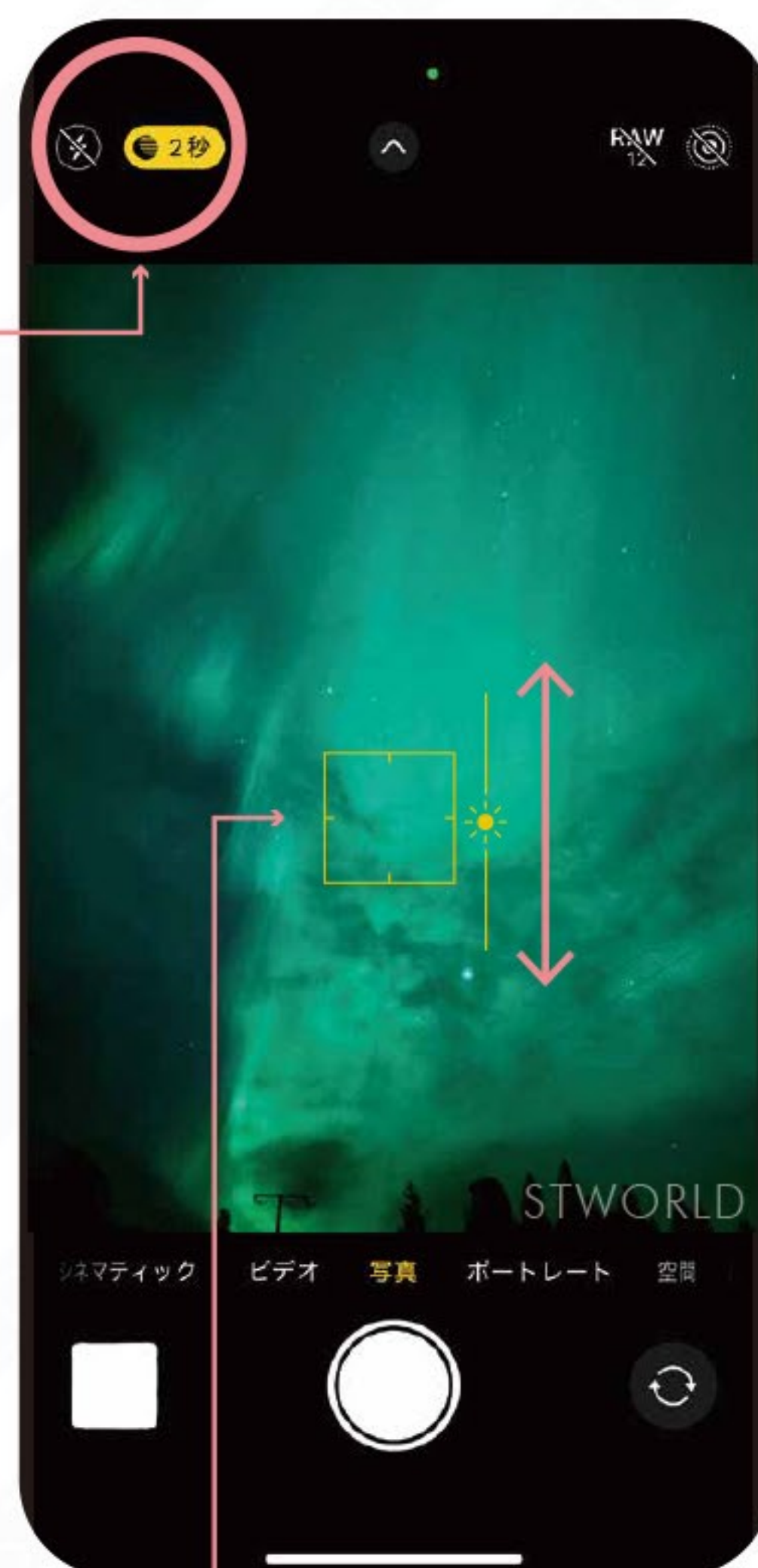


オートでも意外ときれいに撮れちゃいます♪

Point.1

フラッシュは OFF!
ナイトモードで
きれいに!
※プレやすくなる
ので注意

思ったのと違う・・・
調整してみましょう!



Point.2

遠くの木や建物にピントを合わせる
長押しすると明るさ調整
※画面を見ながら好みの明るさに

オーロラ撮影の極意 **カメラ編**

ひと手間かけて
きれいさ段違い

せっかく行くならカメラ持参がおすすめ!

感動の1枚のために! 何を用意すればいい?

カメラ



シャッタースピード・絞りの調整ができるカメラがおすすめ。バルブ (B) 機能や 30 秒程度の露出が可能なカメラだときれいに撮りやすいです。

レンズ



35mm換算で10~24mm程度の広角レンズ、魚眼レンズがおすすめ。絞り(F値)が明るいレンズ推奨(F1.4~F4程度だとISO感度・シャッター速度に余裕がでます)

三脚



10 秒以上の長時間露出をするためブレ防止の必需品です。

予備バッテリー



低温での撮影は電池の消耗が大きくなります。電池切れで撮れない! とならないように。

レリーズ / リモコン



持っていたら便利なもの! シャッターボタンを押すときのカメラのブレ防止に有効です。
※セルフタイマーでも代用可



機材の例 (1)

- カメラ: ソニー α 7sIII (35mm フルサイズ)
- レンズ: 12-24mm/F2.8



機材の例 (2)

- カメラ: ソニー ZV-E10 (APS-C サイズ)
- レンズ: 11-20mm/F2.8 (16.5-30mm 相当)

オーロラ撮影の極意 **設定編**

撮影時の設定目安

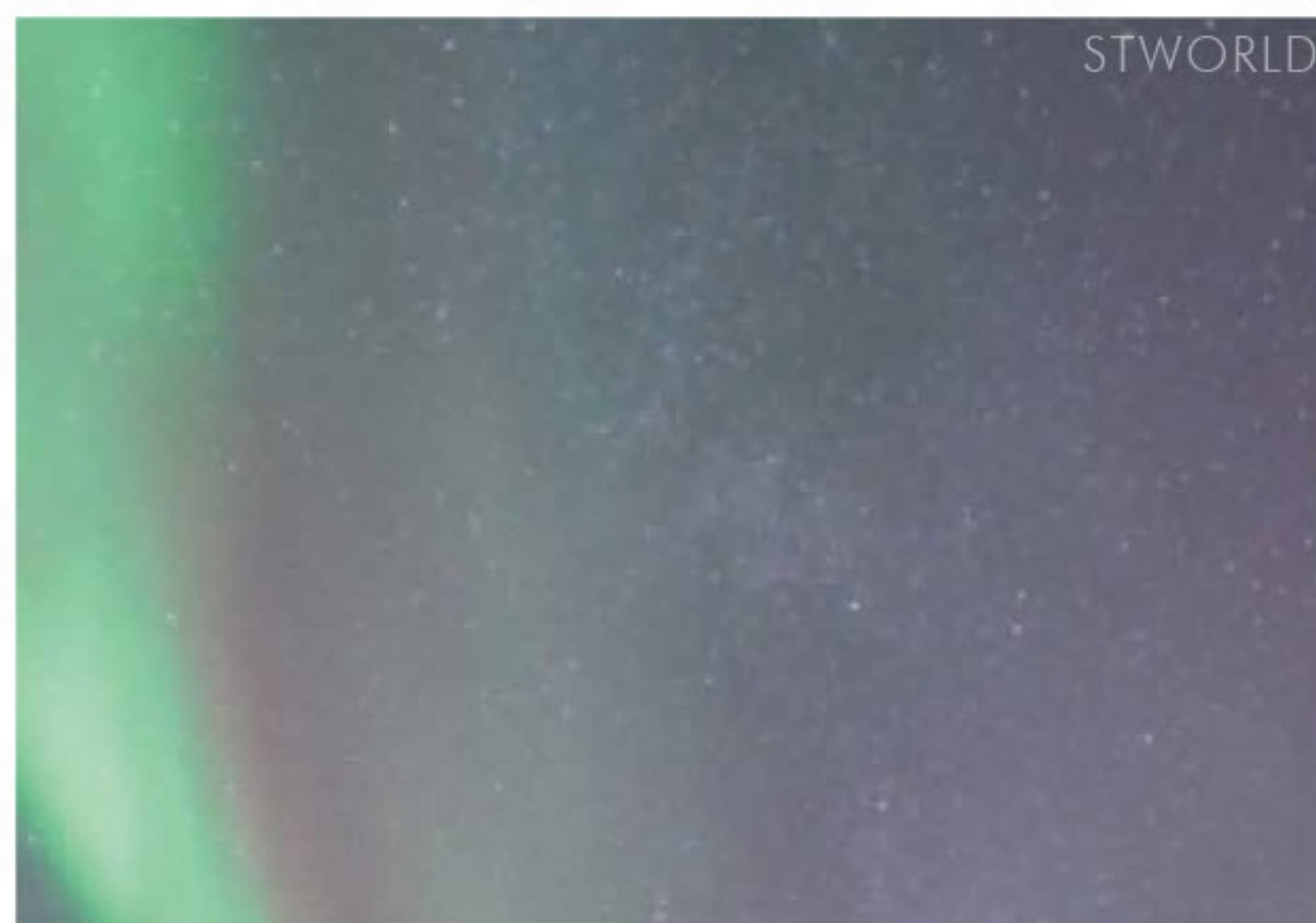
- シャッター時間:10~20秒
- ISO感度:ISO1600~3200
- ピントはマニュアル(星(無限遠)にピント)

\ピントあわせのコツ/

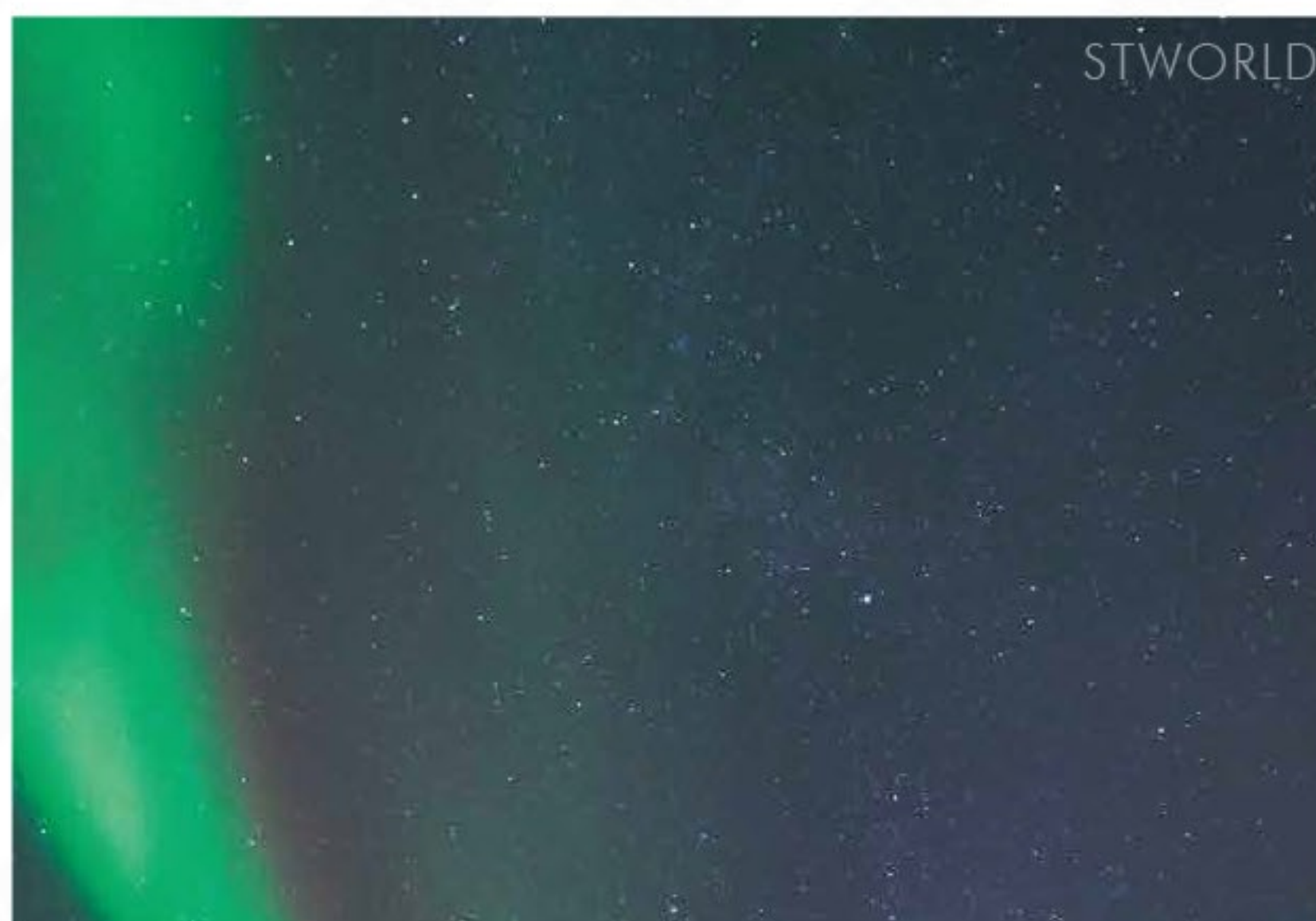
星の光がくっきり見える(1番小さく見える)ようにあわせる



ピントがあっていない
(星がぼやけて大きく見えている)



ピントがあっている
(星がくっきり小さく見えている)



撮影時の注意点(明るさ)

オーロラの撮影現場は暗いため、**カメラのモニターは実際より明るく見えてしまいます。**

あとで見返して「暗いなあ」と残念な結果にならないように、

「ちょっと明るすぎるかな」ぐらいを目安にシャッタースピードを変えながらたくさん撮りましょう!

Aurora Viewing Attire.

オーロラ鑑賞の服装

オーロラのシーズンは冬、しかも夜。
しっかり寒さ対策をしてオーロラ鑑賞を楽しみましょう。

帽子

耳まですっぽりと覆うことのできる毛糸の帽子や耳あてがあれば良いでしょう。必ず“耳”が隠れるものにしましょう。

顔

極端に冷たい空気を吸い込むことは肺にあまりよくないようです。マスクも念のためお持ちください。

首

ノドのまわりが冷えないよう、毛糸のマフラーやハイネックのセーター。

手

毛糸の手袋の下に、シルクの手袋が便利。スキー用の手袋を重ねるのも良いですが、シルクの方が手袋は薄くカメラ撮影時など、手が冷え切らず便利です。

防寒服

スキーウェアまたは腰まである厚手のジャケット、ダウンジャケットなど。
※風を通さないことが重要。

下着

綿・ウールなどの長袖の重ね着。ジーンズやジャージまたはスポーツタイツやスパッツと厚手の靴下や足りなければカイロで補充。

★ヨーロッパでは使い捨てカイロが売っていないため、日本から使い捨てカイロを持参するのがおすすめです！

靴

靴は少なくともくるぶしの上まであること。スノーブーツなど防水性のものがベスト。裏地に保湿用のウールなどが付いていると暖かい。靴底に厚みがあり、滑らないよう加工のしたあるもの。



Travel+Emotion!