

2026/3/21 (土)

写真クラブ

一瞬で上達 桜ポートレート

【保存版】一瞬で上達！桜
ポートレートを劇的に変え
るコツ7選と最新AI活用術
【2026年最新】

吉岡 芳夫

また、完璧な桜ポートレートが作れる！？と話題の気になった「AI 桜ポートレート」も実際に試してみました。ビフォーアフターの見比べ写真と感想も載せてるので興味ある方はこちらもチェックしてください！



▲ 使用した画像



▲ AIで作った桜ポートレート



▲ 使用した画像

▲ AIで作った桜ポートレート



▲ 使用した画像

▲ AIで作った桜ポートレート



▲ 使用した画像



▲ AIで作った桜ポートレート



▲ 使用した画像



▲ AIで作った桜ポートレート

[【保存版】一瞬で上達！桜ポートレート](#)
[を劇的に変えるコツ7選と最新AI活用術](#)
[【2026年最新】](#)

【保存版】一瞬で上達！桜ポートレートを劇的に変えるコツ7選と最新AI活用術【2026年最新】

[ホーム](#) > [ブログ](#) > [写真編集](#)

最終アップデート 2026年 3月 6日 - by [CL編集部](#) (画像編集担当)



目次：

- 実は準備が 8 割？桜ポートレート撮影前の要チェック項目
- 【サンプルあり】一瞬で上達！スマホで桜ポートレートを撮るコツ 7 選
 1. 「ポートレートモード」は必須、でも欲張らない
 2. 桜を「前ボケ」にしてレンズに近づける
 3. 明るさ（露出）は「+0.7」くらいがちょうどいい
 4. ピントは「瞳」を長押ししてロック
 5. 「ローアングル」で余計なものをカット
 6. あえての「逆光」で髪をキラキラさせる
 7. 「視線外し」でエモい雰囲気を作る
- 話題の「AI 桜ポートレート」機能を試してみた！
- その他桜の写真に使える便利な編集ツール
- まとめ

実は準備が 8 割？桜ポートレート撮影前の要チェック項目

ただなんとなく桜の名所に行ったらいい写真が撮れるだろうと思いがちですが、事前のチェックや準備によって取れ高が全然違ってきます。これは絶対事前に確認しておいた方がいいという項目をピックアップしましたので、参考にしてみてくださいね。

時期を見極める

桜の三分咲き、五分咲きもきれいですが、ポートレート写真の場合、桜に顔を近づけたアップの撮影などもあるのでやっぱり満開が一番きれいです。また、散り際の「花吹雪」や地面がピンクに染まる「花筏（はないかだ）」も狙い目です。桜の名所だと特設サイトなどで毎日の桜の開花状況が写真と共に掲載されていたりするので、毎日チェックしてよい日を選ぶのがベストです。



開花

つぼみがほころび、
最初の数輪が咲き始める。



3分咲き

枝先に3割ほどの花が
咲き、つぼみもまだ多い。



5分咲き

約半数が開花し、
桜色が目立ち始める。



満開(八分咲き)

枝を覆い尽くすほど花が
咲き、見頃を迎える。



散り始め

満開を過ぎ、風に舞って
花びらが散り始める。



葉桜

花が散り、鮮やかな緑の
新葉が芽吹く。

ベストな時間帯を狙う

午前中（7時～10時頃）は太陽の位置が低く、光が斜めから差し込むため、桜の花びらに適度な陰影が生まれて立体感が出ます。日中の強い直射日光だと、白飛び（真っ白に写ること）しがちですが、午前中の柔らかな光なら、桜の繊細な淡いピンク色を綺麗に残せました。私も満開の時期は朝7時には到着するように行くのですが、7時だと桜の名所でも人が少ないので撮り放題です！また、日没前の30分（ゴールデンアワー）は、すべてが黄金色に染まる魔法の時間もおすすめです。

あと、よくあるのが山の傾斜などで時間帯によって日が当たらなくて暗い写真しか撮れないということもあるので、行く場所の桜の方角や地形なども知っておくと便利です。

場所選びは入念に

桜の枝が低い位置まで垂れ下がっている場所は、スマホでも桜に囲まれた写真が撮りやすいです。経験上、傾斜などに生えてる桜は枝が垂れ下がっていることが多い印象です。余談ですが、車で行った時は踏み台を持って行ったのですが、少し高さが変わるだけで異なるアングルが撮影できました。荷物に余裕がある場合はおすすめです。



1. 「ポートレートモード」は必須、でも欲張らない

まずは基本の「ポートレートモード」。背景をボカすだけで一気に主役が引き立ちます。私の失敗談ですが、欲張ってボケ味を最大にすると、境目が不自然になりがち。設定（f値）は少し控えめに、後からアプリで微調整するのが「自然に見せる」秘訣です。



2. 桜を「前ボケ」にしてレンズに近づける

これ、個人的に一番のおすすめです！桜の枝をスマホのレンズのすぐ近く（数センチ！）に持ってきて、その奥にいる人物にピントを合わせます。手前の桜がふんわりしたぼやけたピンクになり、幻想的でおしゃれな写真が撮れます。



3. 明るさ（露出）は「+0.7」くらいがちょうどいい

スマホのオート設定だと、桜の白さに引っ張られて顔が暗く写ることが多いんです。画面をタップして黄色い太陽マークが出たら、少し上にスライド。「ちょっと明るすぎ？」と思うくらいが、桜のピンクも肌の透明感も一番綺麗に出せました。



4. ピントは「瞳」を長押ししてロック

風で枝が揺れている時など、ピントが迷子になりやすいです。AF/AEロック（長押し）でモデルさんの瞳を長押しして固定してしまえば、シャッターチャンスを見逃しません。



5. 「ローアングル」で余計なものをカット

普通に立つと、背景にゴミ箱や看板、他のお客さんの頭が入ってしまいがち……。私はいつも人物と桜と青空しか写らない角度までスマホを下げて、空を見上げるように撮ります。背景が「青空と桜だけ」になるので、一気にプライベート感のある写真になります。



6. あえての「逆光」で髪をキラキラさせる

「逆光は顔が暗くなるからダメ」と思っていないですか？ 実は逆光こそシャッターチャンス。太陽をモデルさんの真後ろに隠すように撮ると、髪の毛の輪郭や桜の花びらが光を透かして、まるで後光が差しているような神々しい1枚になります。



7. 「視線外し」でエモい雰囲気を作る

カメラをじっと見つめるのではなく、少し遠くの桜を眺めたり、他の人と「きれいだね」って話している瞬間を撮ったり、動いているところを連写したりなど、カメラを意識していない自然体の写真はエモいアート風の写真が撮影できます。プロの撮影現場でも、「ふとした瞬間」をたまたま撮影したらそれが広告になった、なんてことよくあるので、友達撮り合いするときは絶対試してみましょう。



話題の「AI 桜ポートレート」を試してみた！

AI 画像加工アプリ「PhotoDirector」に桜をテーマにしたテンプレートが出ていたので試してみました！

使い方はとても簡単で、完成度も高いので言わなければ AI と分からないレベルです（一部 AI だと分かるようなテンプレートもありましたが 笑）。使い方の後に作成したサンプルのビフォーアフターと感想書いていますのでよかったらチェックしてみてください。

使い方は以下の通りです。

ステップ 1：

PhotoDirector をダウンロードして「AI クリエイティブ スタジオ」をタップする

まずは PhotoDirector アプリを以下よりダウンロードします。



詳細を見る

無料ダウンロード 

 セキュリティチェック済

モバイル版を無料ダウンロード [iOS](#) & [Android](#) 対応

11:19



PhotoDirector



カメラ

画像から動画
生成AI 動作
入れ替えAI クリエイテ
ィブスタジオ

クイック操作

AI
高画質化

AI 試着



その他

+ 編集

AI 除去

ミーム作成

すべて表示 >



AI コラージュ

すべて表示 >



ステップ 2:

好きな桜のテンプレートを選ぶ

次に上のカテゴリーより「テンプレート」→「人物」を選択します。すると桜のテンプレートがいくつか表示されるので好きなものを選びます。

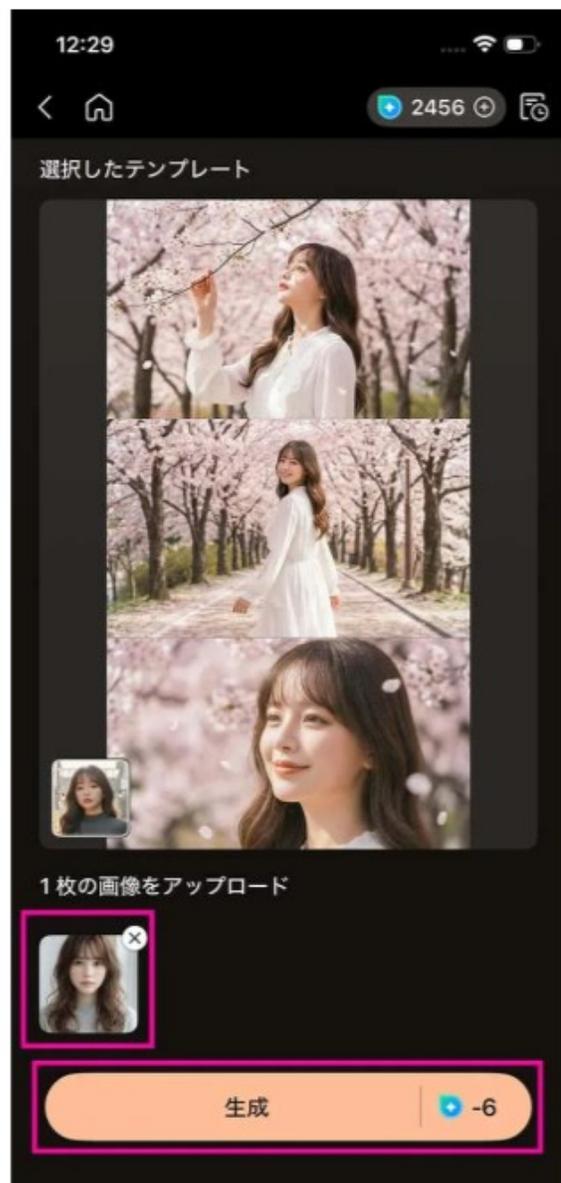
ここでは、右上の3つの画像が縦に並ぶテンプレートにしてみました。



自分の画像を読み込んで生成をタップ

テンプレートを選択したら左下の「+」をタップして自分の写真を読み込み、最後に一番下の「生成」をタップします。

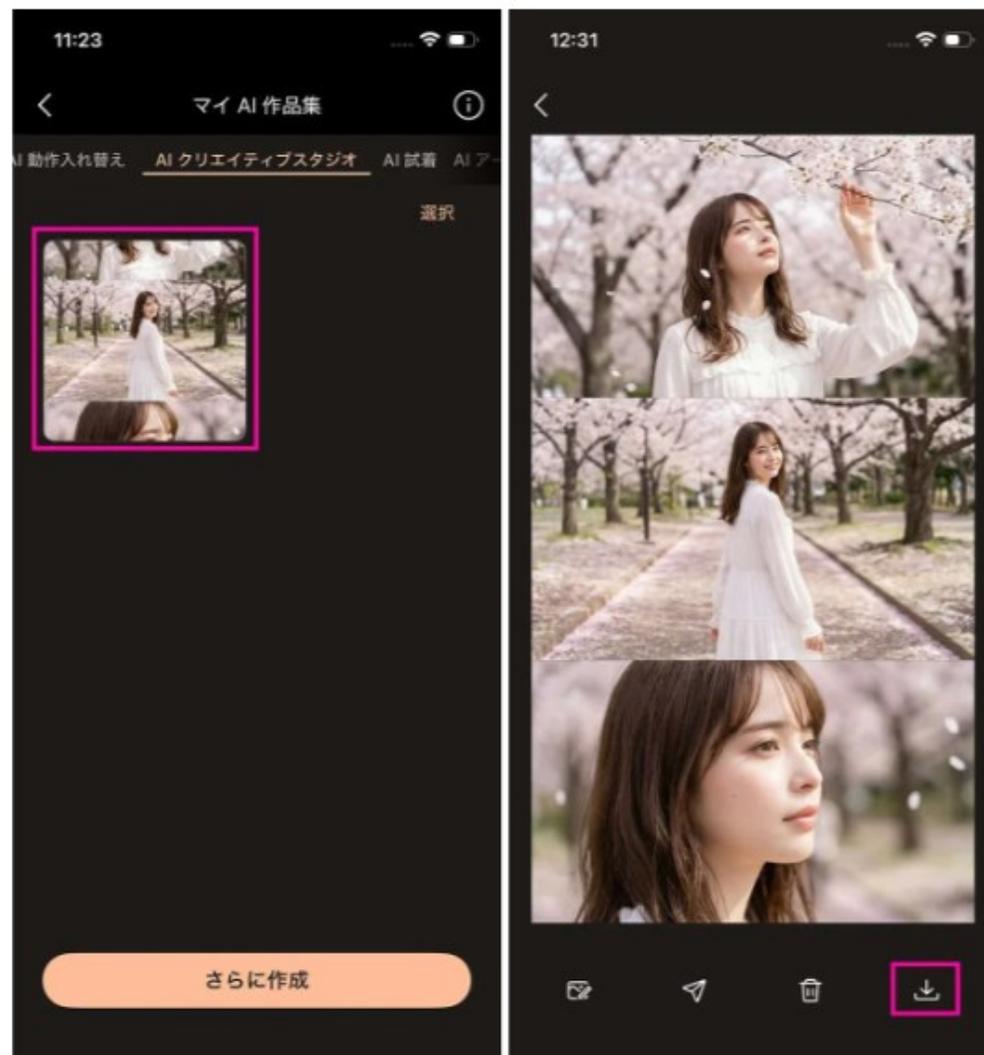
※画像の生成にはクレジットが必要です。後ほど無料でクレジットをもらう方法を解説します。



ステップ 4:

画像を保存する

少し待つと、「AI クリエイティブ スタジオ」内に画像が生成されるので、タップして確認します。ダウンロードしたい場合は、右下のダウンロードアイコンをタップします。



以下が今回使用した元画像と生成した画像です。表情やポーズ、ライティングなども実際撮影したようなナチュラルさに仕上がりました。



▲ 使用した画像

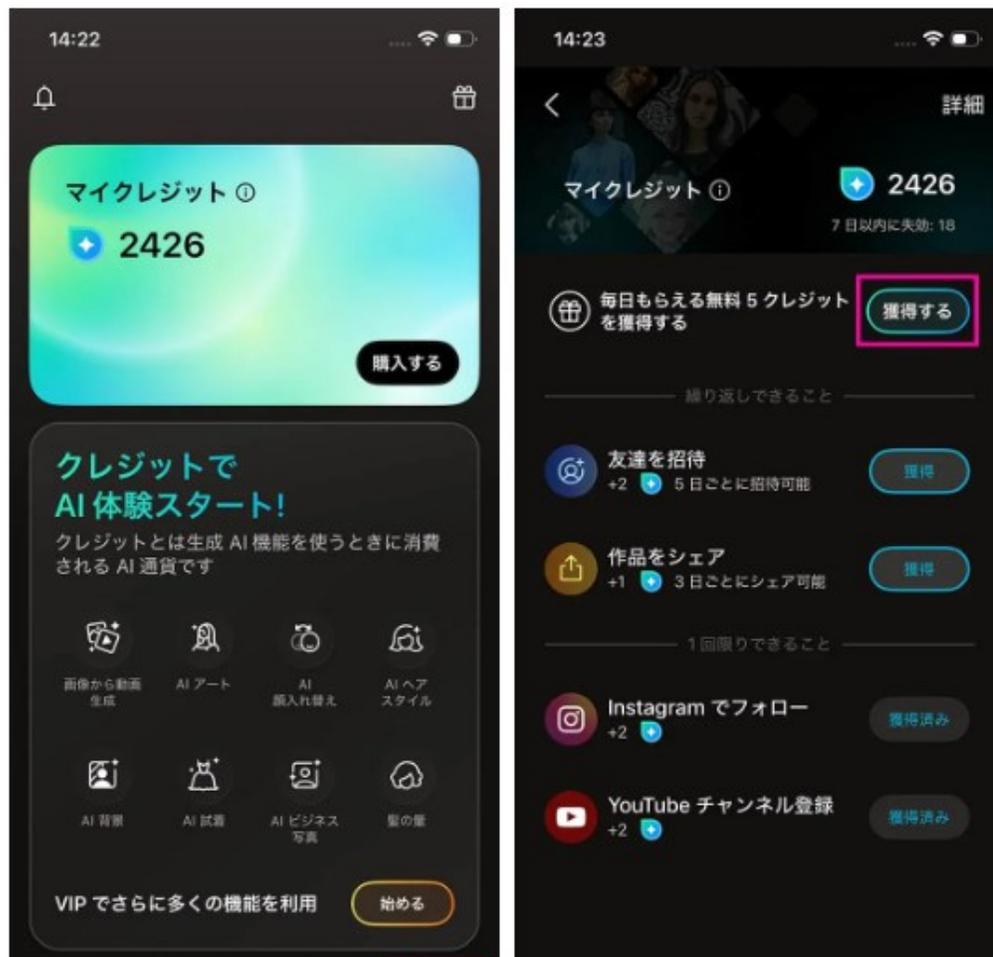


▲ AIで作った桜ポートレート

■ 無料クレジットを獲得する方法

PhotoDirector の生成 AI 機能に必要なクレジットは、以下の方法で毎日無料でもらうことができます。

下のメニューにある「マイページ」をタップして、「毎日もらえる 5 クレジットを獲得する」の右にある「獲得する」をタップするともらえます。また、その下の友達にシェアやインスタ・YouTube アカウントなどをフォローしてももらえるので、これらをゲットしたら無料で使うことができます。



その他桜の写真に使える便利な編集ツール

PhotoDirector には本格写真編集機能もたくさんあるので、撮影した写真のレタッチや補正、調整もついでにできます。自分で実際に撮影した写真を使って加工してみまので、参考にしてみてくださいね。

詳細を見る

無料ダウンロード 

 セキュリティチェック済

モバイル版を無料ダウンロード [iOS](#) & [Android](#) 対応

不要な人物やものを除去

「AI 除去」機能を使えば不要な人やものを自動で選択して一瞬にして除去することができます。背景に人が写りこまないようにタイミングを見計らう必要がないので、あとで消せばいいやと思えばどこでも気軽に撮影できますよ。

