



中北マナーキャラクター  
中北みどりちゃん

山の木々の葉も色づき始め、秋の行楽シーズンを迎えようとしています。日本各地には、写真を撮りたくなる絶景がたくさんあります。気軽にレンズを向けて思わぬトラブルにならないように、今回は、「写真撮影のマナー」についてご紹介いたします。



## 写真撮影のマナー

### ◆撮影場所

撮影可能な場所か、事前に確認しましょう。立入禁止区域はもちろん、私有地、線路、踏切付近、庭園や花壇などには入らないようにしましょう。



### ◆フラッシュ撮影

フラッシュ撮影が禁止されている場所があります。美術館・博物館では展示物を傷めるため、動物園・水族館では動物が驚いたり、弱ったりするためです。他にも、駅ホームでは、安全運行のため走行列車の撮影は禁止です。あらかじめ各施設のルールを確認しておきましょう。

### ◆スナップ撮影

人物やペットの撮影は、肖像権などの侵害とならないように被写体本人(未成年者であれば保護者)や、飼い主に撮影許可を取りましょう。撮影した写真をインターネットやSNSに掲載する場合も許可を取りましょう。



### ◆三脚・自撮り棒撮影



撮影に夢中になって、三脚や自撮り棒で周りの方の通行を妨げていませんか？ 気をつけましょう。場所により三脚の使用を禁止しているところがあります。確認しておきましょう。

参考：㈱ニコン、Canon HPより

## 良い撮影者になるために

### ◆譲り合いの気持ち

良い写真を撮りたいのは、みな同じです。撮影ポイントが限られている場所や、順番待ちの場所などでは、撮影できる人も時間も限られてきます。お互いに譲り合いの気持ちを持って撮影しましょう。



## 活動報告 ～社員研修～

今年度は、こころのセルフケアとして、中北薬品全社員対象に“逆境、困難からしなやかに回復し乗り越える力”『レジリエンス』研修を開催。メンタル不調に陥る前に自身でできるトレーニング法を紹介しました。

標 題：こころのセルフケア「レジリエンス」  
内 容：レジリエンスとは  
ネガティブ感情の対処法  
レジリエンスを鍛える方法

健康経営の視点でも注目されているテーマです。ご興味のある方は、弊社までお問い合わせくださいませ。ケアストレスカウンセラー認定※資格を持つ講師が担当いたします。

※認定：一般財団法人職業技能振興会

