

スマホ版 Lightroom で写真を編集しよう

せっかく撮った写真、プリントする前に、スマホ版 Lightroom を使って「作品」に仕上げてみませんか？ …という話

※ この記事は Lightroom モバイル版の「無料版」について書かれているため、Adobe 公式ページの内容とは一部異なります。

1. 写真編集とは

皆さんは、撮った写真をどのようにしてプリントしていますか？
撮った写真をそのまま（SD カードをプリンターに挿して、またはカメラやスマホをプリンターにつないで）プリントしている人もいますが、せっくなので「写真編集」をしてみませんか？



「写真編集」とは、写真の明るさや色合いなどを調整することで、より見やすくしたり、伝えたいことを強調したりする作業のことです。音楽に例えると、撮影データは「楽譜」で、写真編集は「演奏」に相当すると言えるでしょう。

高文連のコンテストでは「画像の過度な加工」（写っているものを消す、写っていないものを付け加えるなど）は禁止していますが、自分の「作品」に上げるためには、適度で適切な写真編集はむしろ推奨されるものです。

「でも、パソコンや専用のソフトがないと写真編集なんてできない」と思っている人もいますが、心配は要りません。今回は、スマホアプリ「Lightroom モバイル版」の無料版を使った写真編集の基本を紹介します。

2. Lightroom モバイルの使い方の流れ

Lightroom モバイルは無料版であっても十分に高機能で、いろいろな使い方ができます。ここでは、「(1)スマホで撮影する → (2)編集する → (3)プリンターで出力する」という場合の流れを簡単に説明します。

(1) Lightroom カメラで撮影する

Lightroom モバイルは、実は撮影にも使えます。スマホ標準のカメラアプリよりもマニュアル（＝手動で調整できる）機能が充実しているため、「作品」制作に向いています。是非使ってみてください。

Lightroom 無料版を起動すると、通常は「グリッド表示」という画面が最初に表示されます。画面右下のカメラの形のボタン（右図参照）をタップすると「Lightroom カメラ」が起動するので、この画面で写真を撮ります。詳しくは「写真部 Tips その4・5」を参照してください。

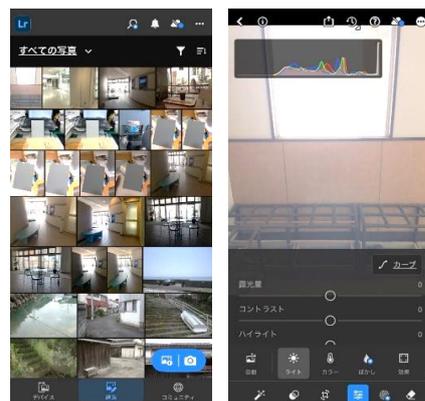


「カメラ」ボタン

(2) 編集する

① グリッド表示（一覧表示画面）で写真を選択する

「Lightroom カメラ」で撮影をした後は、画面左上の「×」をタップすると、基本画面である「グリッド表示」に切り替わります。写真のサムネイルがタイル状に並んでいて、先ほど撮影した写真も表示されているので、これをタップします。



「グリッド表示」(左) と 「ルーペ表示」(右)

② ルーペ表示（1枚表示画面）で写真を編集する

グリッド表示で写真のサムネイルをタップすると、選択した写真が1枚だけ大きく表示された「ルーペ表示」に切り替わります。この画面で写真編集を行います。主に「ライト」と「カラー」を調整します。

③ 写真を書き出す

「書き出し」とは「Lightroom 内の写真を他で利用できるようにする」ための作業です。編集が終わったら、画面最上段の「共有」アイコン（右図参照）をタップして「デバイスにコピーを保存」を選べば、編集した写真が、スマホ標準の写真アルバムにコピーで追加されます。



「共有」アイコン

(3) プリンターで出力する

あとは、通常の場合と同じ方法でプリントします。なお、作品として仕上げるのであれば、スマホ標準の「写真」アプリではなく、プリンター純正のアプリ（Epson iPrint、Canon PRINT など）を使うのがおすすめです。

デジタルカメラで撮った写真の場合は、その画像データをスマホに転送した後、上記(1)の「カメラ」ボタンの左の「写真を追加」ボタンをタップして該当する写真を選べば、それ以降は同様に管理・編集が可能です。

3. Lightroom モバイルの操作画面と各機能の解説

ここからは、Lightroom モバイル版の「グリッド表示」と「ルーペ表示」について、操作画面中の UI（アイコン・ボタン・バーなど）とその働きについて解説します。なお、操作画面は無料版のものであるため、Adobe 公式ページの内容とは一部異なりますのでご注意ください。

また、無料版アプリでは、画面内のアイコンに「青丸に白星」マークがついていることがあります。これは「プレミアムプラン（有料版）でのみ利用可能」であることを示しています。

3-1 グリッド表示（一覧表示の基本画面）

Lightroom モバイル（無料版）を起動すると、最初に表示されることが多い画面です。写真のサムネールがタイル状に並び、アルバムや全写真を一覧で見渡しなが、編集対象の写真を選択することができます。

トッパー（画面の最上段）

- ① メニューアイコン
設定やアカウント情報、アプリ全体の環境設定にアクセスします。
- ② 検索アイコン
写真やアルバムをキーワードで検索できます。（有料版のみ）
- ③ 通知アイコン
Lightroom や Adobe アカウントに関する通知が表示されます。
- ④ クラウドアイコン
Adobe Creative Cloud との同期状況を表示します。
- ⑤ その他のオプション
表示スタイルの変更、スライドショーなどが可能です。

ツールバー（上から2段目）

- ⑥ アルバム切り替えメニュー
表示するアルバムやカテゴリを選択します。初期設定では「すべての写真」が選ばれていますが、「編集中の写真」「Lightroom カメラで撮った写真」「他から読み込んだ写真」などを選択することもできます。
- ⑦ フィルターアイコン
フラグ・星評価・編集の有無などで写真を絞り込みます。
- ⑧ 並べ替えアイコン
撮影日、インポート日、ファイル名などの基準で写真を並び替えます。

写真のサムネール

- ⑨ 写真のサムネール
ここに写真がグリッド状に表示されます。タップすると、その写真が「ルーペ表示」（編集画面）で開きます。（→ p.3）

フローティング アクションボタン（画面右下の青いボタン）

- ⑩ 「写真を追加」ボタン 端末内の写真、ファイル、クラウドから写真を読み込んで Lightroom に追加します。
- ⑪ 「カメラ」ボタン アプリ内蔵の「Lightroom」カメラを起動し、写真を撮って直接追加できます。

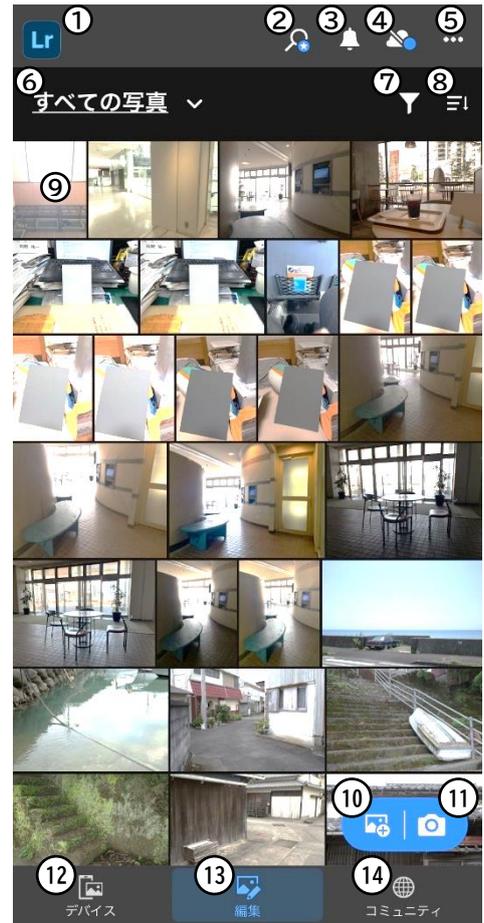
ボトム ナビゲーションバー（画面最下段）

- ⑫ デバイスタブ 端末内に保存されていて Lightroom にまだ読み込まれていない写真を表示し、追加できます。
- ⑬ 編集タブ 自分が編集した写真を一覧表示します。履歴確認や再編集に便利です。基本、このタブを選びます。
- ⑭ コミュニティタブ 他の Lightroom ユーザーが公開した編集済み写真を閲覧することができます。

スマホのディスプレイ設定について

写真編集では、スマートフォンの画面を見ながら明るさや色合いを調整しますが、ディスプレイの表示が正確でなければ、適切な調整は行えません。iPhone の場合、True Tone（周囲の光の色温度に応じて画面のホワイトバランスを自動調整する機能）や、Night Shift、明るさの自動調節をオフにすることが推奨されています。

また、作業環境も重要で、明るさは明るすぎず暗すぎない中間的な状態が望ましく、照明の色温度は昼光色が推奨されます。特に、プリント出力した写真の色味を確認する際には、自然光に近い光源の下で行うことが正確な判断につながります。



3-2 ルーペ表示（1枚表示の編集画面）

グリッド表示で選択した写真を個別に表示し、細部の確認や編集作業を行うための表示モードです。Lightroom モバイルでの本格的なレタッチ・加工は、主にこの画面で行います。明るさや色あいなどの調整、トリミング、マスク処理など、さまざまな編集操作を行うことができます。編集の内容は自動で保存されます。

トップバー（画面の最上段）

- ① 「戻る」ボタン
ルーペ表示を終了して「グリッド表示」（基本画面）に戻ります（→ p.2）。写真の任意の部分を下にスワイプしても同じことができます。
- ② 情報アイコン
写真のメタデータや撮影情報を表示します。
- ③ 共有アイコン
写真の書き出し（編集済みの写真をスマホ標準の写真アルバムにコピーすること）等を行います。（→ p.1）
- ④ 編集履歴アイコン
編集の履歴を見たり、戻したりすることができます。
- ⑤ ヘルプアイコン
機能のチュートリアルが表示されます。
- ⑥ クラウドアイコン
Adobe Creative Cloud との同期状況を表示します。
- ⑦ その他のオプション
表示スタイルの変更、スライドショーの開始などが可能です。

画像表示エリア

- ⑧ ヒストグラム（2本指タップで表示/非表示を切り替え）
画像内の「明るさの分布」を表示します。横軸は「明るさ」（左が黒、右が白）を、縦軸は「その明るさのピクセルの量」を示します。
- ⑨ 写真
現在選択されている写真が表示されます。写真を長押しすると、未編集の状態が表示され、どれだけ編集したかすぐに比較できます。
- ⑩ 調整パネル（下から3段目）→ 詳細は p.5~6
写真の明るさや色などを細かく編集するためのツール群です。一つ下の「⑪編集モジュール選択バー」の各項目をタップするか、写真の任意の場所を上からスワイプすると表示されます（下にスワイプすると閉じます）。
- ⑪ 編集モジュール選択バー（下から2段目）→ 詳細は p.4
編集時に使うツールをカテゴリごとに選ぶバーです。左右にスクロールして「ライト」「カラー」などを切り替えます。
- ⑫ 編集モードセクター（画面最下段） ボタンを選択することで、編集メニューの切り替えを行います。
 - ⑬ アクション 写真の回転・反転・情報表示などの操作を行います。
 - ⑭ プリセット Lightroom プリセット*を適用します。
 - ⑮ 切り抜き トリミングや回転、アスペクト比の変更を行います。。
 - ⑯ 編集 ライト、カラー、効果、ディテールなどの調整ツールを開きます。画像編集のメインとなるモードです。
 - ⑰ マスク 特定範囲に限定して編集を行います。（有料版のみ）
 - ⑱ 除去 シミの除去や不要物の消去などを行います。（有料版のみ）

下3段（⑩・⑪・⑫）は、「下から上」の順に項目を選んでいく構造になっています。例えば図の場合は、

⑫で「編集」を選択 → ⑪で「ライト」を選択 → ⑩の調整パネルが表示される …という具合です。

※「プリセット」とは、写真の色合いや明るさなどの編集設定を保存しておける「レシピ」のような機能で、ほかの写真に適用することで、ワンタップで同じような雰囲気仕上がりすることができます。

プリセットには、Lightroom に標準で用意されているもの、自分で作成・保存できるもの、そして他の人が作成したプリセットをダウンロードして使うもの（無料・有料あり）などがあります。



3-3 編集モジュール選択バー（ループ表示内）

写真編集で使用する各種ツール（モジュール）を選択するバーです。右側に続きがあり、横スクロールすることで、隠れている他のモジュールも表示できます。

「ループ表示」において、最下段の「編集モードセクター」で「編集」を選択しているときに表示されます。

① 自動

ワンタップするだけで、写真の明るさ・コントラストなどを AI が自動調整します。

② ライト（→ p.5）

明るさ・コントラスト・ハイライト・シャドウなど、露出関連の調整を行います。

③ カラー（→ p.6）

ホワイトバランス、色温度、彩度など、色味に関する調整を行います。

④ ぼかし

AI 処理により、疑似的な背景ぼかし効果を追加します。

⑤ 効果

明瞭度、周辺減光など、雰囲気を変える効果を追加します。

⑥ ディテール

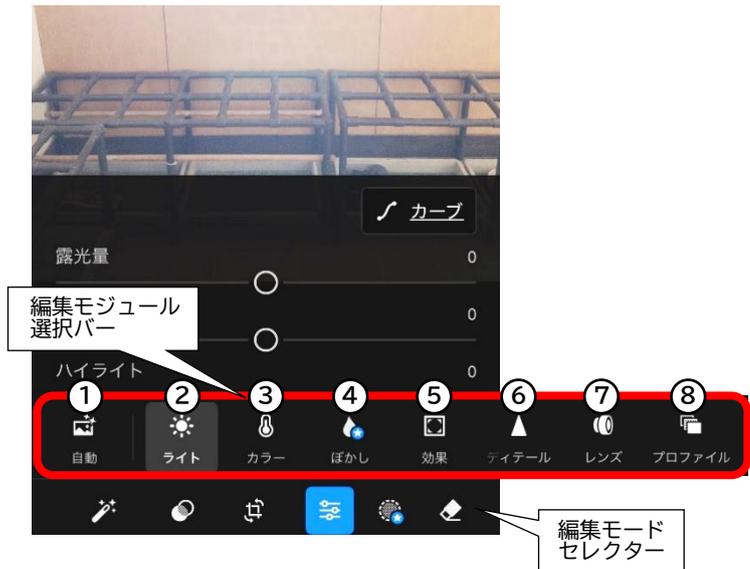
シャープネス、ノイズ除去など、細部の鮮明さの調整を行います。

⑦ レンズ

レンズの歪み補正や色収差の除去など、レンズ特有のゆがみを補正します。

⑧ プロファイル（後述）

写真の全体的な色調や雰囲気のベースを変更する、プリセットのような設定を適用できます。RAW データを現像する際の最初の入口となります。



これらのモジュールの中で、特に活用していただきたいのが、「ライト」と「カラー」です。この2つを使いこなすだけで、写真の印象が大きく変わります。

「自動」は楽ちんですが、安易に頼りすぎるのは考えものです。「自動を試すと、どの項目がどのように調整されるのか」を確認して、自分で調整する際の参考にする、という使い方が良いと思います。

【参考】 プロファイルについて

「プロファイル」とは、写真全体の「味付けの基準」のようなものです。

RAW データは、カメラのセンサーが受け取った情報をそのまま記録したデータにすぎないため、そのままでは画像として表示できる状態ではありません。Lightroom の編集画面で表示するには、まずそのデータを「どのように見せるか」という処理が必要になります。この処理の仕方には、色味やトーンの見せ方にさまざまな「傾向」というか「スタイル」があり、それを定義するのが「プロファイル」です。

Lightroom モバイル版には、「Adobe カラー」「Adobe モノクロ」「Adobe ビビッド」「Adobe 人物」「Adobe 標準」など、多くのプロファイルが用意されており、好みに応じて写真の見え方を選ぶことができます。

プロファイルは、あくまでも「見せ方のスタイル」にすぎないため、これを変更しても元の RAW データには影響がありません。RAW データを「食材」に例えると、プロファイルはその食材をどう調理するかを決める「既に付けられた下味」のような存在だと言えます。ユーザーはその下味に合わせて調理（画像編集）する訳です。

Lightroom のプロファイルは、初期設定では「Adobe カラー」になっていますが、このプロファイルは少し派手（コントラストが強く、彩度が高い）な傾向があるように思えます。料理に例えると、下味が濃すぎます。画像編集の際には、できるだけ中立的に見える方が好ましいため、個人的には「Adobe ニュートラル」を選ぶのが無難であるように感じます。下味がうす味なので、自分で好きなように味付けができます。

プロファイルは、それぞれの RAW データで別々に設定することができますが、新しい RAW データを開くたびに「Adobe ニュートラル」に変更するのは面倒です。RAW データをすべて「Adobe ニュートラル」で開くようにするためには「プリセット」という機能を使うと効率的です。

手順1. 任意の RAW データを開いて、プロファイルを「Adobe ニュートラル」に変更（必要なら白レベルなども補正）

手順2. 編集画面右上の「…」→「プリセットを作成」を選択し、プリセット名（例：ニュートラル）を付けて保存

手順3. 編集画面右上の「…」→「アプリ設定」→「読み込み」→「RAW 初期設定」で、作成したプリセットを選択

これで、新しく読み込む画像はすべて「Adobe ニュートラル+任意の補正」が適用されます。

なお、Lightroom モバイル版では、見栄えを良くするために「白レベル」をプラス、「黒レベル」をマイナス補正した形で RAW データを読み込むのが初期設定になっています。これを防ぐためには、上記の手順1で白レベルと黒レベルを0に戻した上でプリセットを保存すればOKです。



3-4 調整パネル（ルーペ表示内）

写真の明るさや色などを細かく編集するためのツール群です。「編集モジュール選択バー」の各項目（ライト、カラー、効果、ディテール、レンズ）をタップすると、調整パネルの「表示／非表示」を切り替えられます。さらに、写真エリアをタップすることで、写真だけの「全画面表示」に切り替わります。

ここでは、「ライト」と「カラー」の説明をします。この2つのパネルはツールの種類が多いため、部分的にしか表示されません。縦スクロールすることで、隠れている他のツールを表示させることができます。

3-4-1 「ライト」パネル

写真の明るさやコントラストを調整するためのツール群で、スライダを左右に動かすことで各項目の調整を行います。

これらを調整することで、撮影時に露出を失敗した写真の明るさを補正することができます。ただし、意図的に明るさをずらして雰囲気や印象を演出する表現方法として使う場合もあります。

Lightroom における写真編集の中心となるツール群です。

① 露光量

写真全体の基本的な明るさを調整します。

② コントラスト

明るい部分と暗い部分の差を強調／緩和します。コントラストを上げるとガチガチの硬調になり、下げると柔らかい印象になります。

③ ハイライト

写真の中の明るめの部分の明るさだけを調整します。抑えると、白飛びしそうな部分のディテールを回復することができます。

④ シャドウ

写真の中の暗めの部分の明るさだけを調整します。持ち上げると、黒つぶれしそうな部分のディテールが見えやすくなります。

⑤ 白レベル

写真の中で特に明るい部分（白に近い部分）の明るさの最大値を調整します。「どこからを『真っ白』とするか」を設定できます。

⑥ 黒レベル

写真の中で特に暗い部分（黒に近い部分）の暗さの最大値を調整します。「どこからを『真っ黒』とするか」を設定できます。

ハイライトとシャドウの働きは言葉にしやすいのですが、白レベルと黒レベルの説明が難しいです。後述するヒストグラムを見ながらスライダを動かしてみるとわかりやすいと思います。また、ネット上にたくさんの実例が上がっていますので、「ハイライトと白レベルの違い」で検索してみてください。

⑦ トーンカーブ

グラフの形を視覚的に操作することで明暗を調整するツールです。スライダーよりも細かい調整が可能ですが、使いこなすためにはある程度の知識が必要なので、詳細は省略します。

⑧ HDR モードで編集

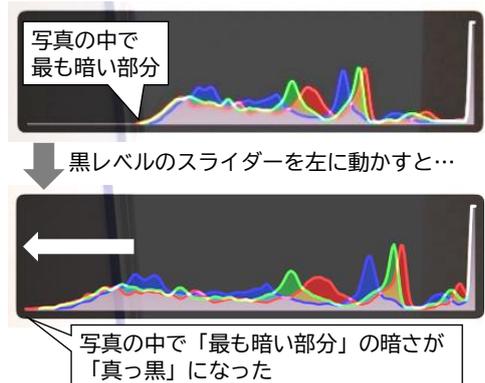
HDR 表示に対応した写真を、HDR のまま編集・表示するための機能です。

⑨ ヒストグラム

画像内の「明るさの分布」を表示する度数分布グラフです。横軸は「明るさ」（左が黒、右が白）を、縦軸は「その明るさのピクセルの量」を示します。2本指タップで「表示／非表示」を切り替えます。

ヒストグラムを見ながら調整を行うと、「具体的に何が行われているのか」が理解しやすくなります。例えば、図のヒストグラムからは「この写真の中には、黒～暗めの部分は存在せず、真っ白に飛んでいる部分が結構ある」ということがわかります。このような場合には、黒レベルのスライダを左に動かすと、暗部を引き締めることができます。

また、写真の見え方は端末や照明環境によって大きく変わりますが、ヒストグラムは画像データに基づいた客観的な指標であるため、環境に左右されずに明るさのバランスを確認できます。



3-4-2 「カラー」パネル

写真の色合いを調整するためのツール群です。これらを使うことで、撮影時にホワイトバランスが合わなかった写真などの色を、記憶に近い“自然な色”に補正することができます。ただし、「ライト」と同様に、意図的に色味をずらして雰囲気や印象を演出する表現方法として使うこともあります。

ここでキーワードになるのが「色温度」です。色温度とは、「色の暖かさ・冷たさ」を表す尺度で、単位は温度の単位と同じK（ケルビン）です。

色温度	見た目の色	主な光源	受ける印象
低い (2000K~4000K)	黄~オレンジっぽい	ろうそく、夕焼け、電球の光	あたたかい、やさしい
中間 (5000K~6500K)	自然な白	昼光色の蛍光灯、昼間の太陽の光	自然な色合い
高い (7000K~10000K)	青っぽい	曇天、日陰、青空の下	さわやか、クール

色温度（≒ホワイトバランス）は、撮影時にも設定できますが、Lightroom では後から自由に調整することができます。RAW 保存の場合は特に自由度が高く、JPEG では調整幅がやや制限されます。

① ホワイトバランス (WB)

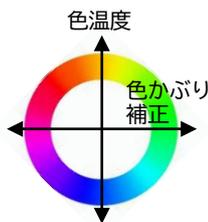
写真全体の「色味」の方向性を決めます。プリセット（撮影時の設定・自動・曇天・日陰・蛍光灯・タングステン・フラッシュ・カスタム）を選ぶことができます。

② スポイトツール

写真の中で「本来無彩色のグレーに見えるべき部分」が赤っぽく／青っぽく写ってしまっている場合に、その部分をタップすると、Lightroom がそれを基準として写真全体のホワイトバランスを自動調整してくれます。

③ 色温度

写真の全体の色を、青っぽく／黄っぽく調整します（図の色相環の縦軸方向）。左に動かすと寒色（青）に、右に動かすと暖色（黄）に寄ります。



④ 色かぶり補正

写真が緑っぽい／ピンクっぽいときに、自然な色に戻します（図の横軸方向）。

（色温度と色かぶり補正の両方を含むのがホワイトバランスです）

⑤ 自然な彩度

⑥「彩度」の調整を、自然に見える（例：肌の色などが不自然にならない）範囲で行います。

⑥ 彩度

写真の全体の色を強く／弱くします。強くするとカラフルになり、下げると白黒に近づきます。

⑦ 白黒

オンにすると、カラー写真がモノクロ（白黒）に変わります。

⑧ 色調整

色相・彩度・輝度を細かく調整する機能ですが、やや難解です。

⑨ カラーミキサー

赤・青・緑など、色ごとに色相・彩度・輝度を調整できる機能です。特定の色だけを強調したり抑えたりできます。



以上、Lightroom モバイル（無料版）の解説でした。Lightroom モバイルは、とても「使える」アプリなのですが、残念ながら日本語で書かれた解説書が見当たりません。ただし、パソコン版に関しては、書籍でも Web 上でも解説が豊富にあるので、写真編集についてもっと本格的に勉強したくなったら、それらを参考にしてみてください。モバイル版とパソコン版では操作画面は異なりますが、基本的な機能は同じです。

相変わらず写真専門部としては、「作品」作りにはカメラを使用することを推奨していますが、いつでもカメラが手元にあるとは限りません。この記事が、スマホを使って「作品」写真を撮る際の参考になれば幸いです。

2025年9月作成
福岡県高等学校芸術・文化連盟 写真専門部

この記事は iPhone12 (iOS 18.6.2) と Lightroom (iOS 版) v.10.5.2 の「無料版」の使用に基づいて執筆しています。そのため、Adobe の公式ページに記載されている内容と異なる部分があります。