

延岡市 PTA 連絡協議会向け
Instagram 操作手順書

2024年1月

株式会社プラージュ

◆Instagram 操作手順書◆

| | |
|-------------------------------------|----|
| ◇HP 上での投稿表示場所..... | 2 |
| 【投稿がサイトに反映されるまでの時間】..... | 4 |
| ◇アカウントのログイン方法..... | 5 |
| ①ログイン方法..... | 5 |
| 【ログインしたいアカウントが表示されている場合】..... | 5 |
| 【ログインしたいアカウントが表示されていない場合】..... | 5 |
| ◇記事の投稿方法..... | 7 |
| ◆フィード投稿（通常投稿）..... | 7 |
| ◆リール投稿..... | 12 |
| 【リール投稿の基本的な作り方（撮影～投稿）】..... | 12 |
| 【端末のアルバムにある動画を組み合わせで作成（編集～投稿）】..... | 18 |
| 【アルバムにある画像を組み合わせで作成】..... | 20 |
| ◇各種記事の削除方法..... | 21 |
| 【フィード（通常投稿）の削除方法】..... | 21 |
| 【ストーリーズの削除方法】..... | 23 |
| 【リールの削除方法】..... | 25 |
| ◇アカウントのログアウト方法..... | 26 |

◆Instagram 操作手順書◆

◇HP 上での投稿表示場所

サイトに反映される投稿は「フィード投稿(通常投稿)」と「リール(動画)」の2種類です。

(※リールはサムネイルのみが表示されます。)

Instagram の投稿を行うと、延岡市 PTA 連絡協議会サイトおよび各単 P サイト上に反映されます。詳しい反映場所は以下(5か所)になります。

① 延岡市 PTA 連絡協議会サイト > ホーム > PTA 活動



② 延岡市 PTA 連絡協議会サイト > Instagram > 最新の投稿



③ 延岡市 PTA 連絡協議会サイト > Instagram > 小中学校 Instagram > 最新の投稿



④ 延岡市 PTA 連絡協議会サイト > Instagram > 小学校 Instagram > 最新の投稿



⑤ 延岡市 PTA 連絡協議会サイト>各学校 PTA サイト>単 P サイト

PTA連絡協議会HPへ戻る お問い合わせ

・・・ 延岡小学校PTA Instagram ・・・
Nobeoka elementary school PTA Instagram

延岡小学校PTAの活動の様子を載せています。
Instagramのフォローお待ちしております！

nobeoka.eie.pta

フォローする

・・・ 延岡小学校PTAについて ・・・
Nobeoka elementary school PTA

PTAってなに？

単 P サイトの最新投稿が表示される

画像は延岡小学校 PTA のサイトなので、延岡小学校 PTA の投稿が表示されます

【投稿がサイトに反映されるまでの時間】

サイト内の Instagram 表示エリアは約30分おきに更新されます
(※投稿から30分後に反映ではありませんのでご注意ください。)

◇アカウントのログイン方法

①ログイン方法

【ログインしたいアカウントが表示されている場合】

下画像のように、ログインしたいアカウントが表示されている場合は、アカウントをタップするだけでログインできます。



アカウントを
タップしてログイン！

【ログインしたいアカウントが表示されていない場合】

ログインしたいアカウントが表示されていない場合は、画面下部の“別のアカウントにログイン”をタップしてください



“別のアカウントにログイン”
をタップ！

上の四角に“ユーザーネーム”を入力。
下の四角にパスワードを入力しましょう。



The image shows the Instagram login screen with three callout boxes pointing to the input fields and the login button. The callouts are:

- “ユーザーネーム”を入力 (Enter "username")
- “パスワード”を入力 (Enter "password")
- 全ての項目の入力が完了したら“ログイン”をタップ! (Tap "login" after all items are entered!)

The login screen itself contains the following text:

- ユーザーネーム、メールまたは携帯電話番号 (Username, email or phone number)
- パスワード (Password)
- ログイン (Login)
- パスワードを忘れた場合 (Forgot password)

ログイン情報を保存するか聞かれると思いますが、保存してもしなくても大丈夫です。
保存すれば、次回ログイン時にパスワード入力などを省略できます。

アカウントのログイン方法は以上になります。

◇記事の投稿方法

Instagram の投稿方法は主に 2 つあります。

◆フィード投稿【通常投稿】

→フィード投稿は「投稿」タブから写真や動画を投稿することができます。最大 10 枚の写真 or 動画をまとめて投稿でき、【通常投稿】と呼ばれる場合もあります。

フォロワーのホーム画面に大きく表示されるためよく目立ちます。投稿方法に迷ったらまずはフィード投稿をするといいいでしょう。

◆リール投稿

→リールズ投稿では、最大 90 秒の動画投稿ができます。ショートムービーに特化しており、インスタ内から撮影や編集もできます。

////////////////////以下投稿手順です////////////////////

◆フィード投稿（通常投稿）

プロフィール画面右上の「+」または、画面下部の「+」をタップしましょう。



プロフィール画面右上の「+」をタップ！

画面下部の「+」をタップ！
(プロフィール画面を開いていなくても
タップできます。)

下画像の画面が表示されたら、カメラマークの隣のボタンを押します。



このマークをタップ！

きちんとタップできていれば、ボタンは青くなります。

続いて、投稿したい画像の選択を行いましょう。

タップして選択した順に、画像の右上に番号が振られます（1投稿の上限が10枚までなので①～⑩）。

また、振られた番号順に投稿画面へ表示されます（①が一番最初）



ボタンが青くなっていれば OK！



タップした画像から順番に番号が振られます

投稿したい画像を選択し終わったら、画面右上の“次へ”をタップします。



写真の編集画面に遷移します。ここでは、各写真にフィルターを付けることができます。フィルターを付ける必要がない場合は何もせず右上の“次へ”をタップしましょう。



下画像の画面に遷移します。

全ての項目に関して入力完了したら、“シェア”をタップして実際に投稿してみまし



投稿のテキストを入力できる
ハッシュタグ「#〇〇」や
メンション「@ユーザー名」の追加もできる

リポスト機能を許可する場合はオンにしま
しょう。必要ない場合はそのまま OK

投稿に関連するユーザーを追加できる

投稿を閲覧できる人を限定することができ
る。閲覧範囲は“親しい友達”の設定を行う
必要があります

投稿に関連する場所の位置情報を追加で
きる。必要ない場合はそのまま OK

投稿に BGM を付けることができる。
必要ない場合はそのまま OK

プロフィール画面でのみ投稿が表示されま
す。そのまま OK です。

同じ端末でログインしているアカウントが表
示され、そのアカウントへの投稿も可能で
すが、必要ないのでそのまま OK です。

Facebook への自動シェアが行えますが、
必要ないのでそのまま OK です。

全ての項目について選択が完了したら
“シェア”をタップ！

投稿ができました！



ここにキャプションで入力した内容が表示されます

しばらく時間をおいて（約 30 分）サイトに投稿が反映されるか確認してみましょう。
反映場所がわからない場合は [【◇HP 上での投稿表示場所】](#) をご確認ください。

◆リール投稿

リール機能を使うことで「最大 90 秒のショートムービーをインスタグラム内で作成・編集・投稿」することができます。

【リール投稿の基本的な作り方（撮影～投稿）】

・リールの作成画面を開きましょう。

- ① プロフィール画面下部の「+」ボタンをタップし、画面下部の項目を右にスライドして「リール」に合わせる



・画面の見方

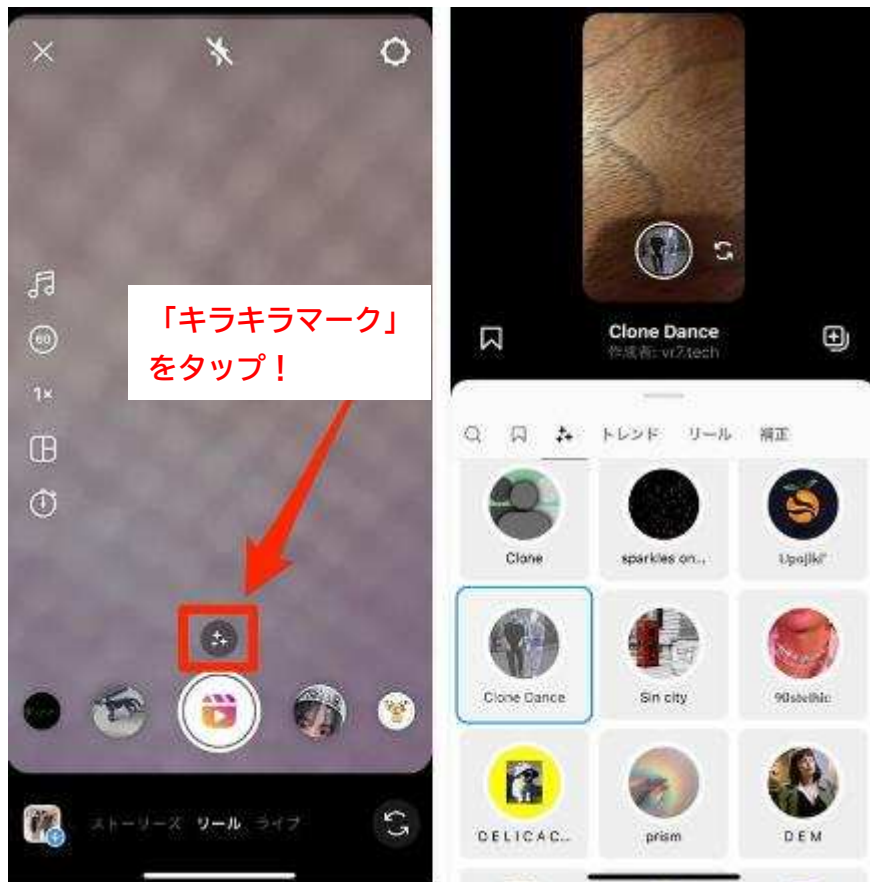
- ① 撮影ボタン：動画の撮影が始まる
- ② メニューボタン：上から「音楽 (BGM)」「長さ (最大 90 秒)」「速度 (スロー/倍速)」「エフェクト (AR エフェクト)」「タイマー (カウント開始やコマ撮りに便利)」
※「長さ」ボタンをタップすると、15 秒・30 秒・60 秒・90 秒と動画の長さを設定できるようになります。
※「速度」ボタンで表示される速度メニューでは、早送りやスロー撮影の設定が可能です。「×1」を標準速度とし、上側がスロー撮影、下側が倍速撮影になっています。例えば、「×3」で撮影すると、出来上がりは3倍速で再生されます。
- ③ アルバム：撮影済みの動画・静止画 (写真) の追加
- ④ イン/アウトカメラ：タップでカメラのイン・アウトを切り替え



・エフェクトや再生速度の設定をしておく

「キラキラマーク」をタップするとエフェクト選択画面が表示されます。

レトロなエフェクトやキラキラ加工ができるエフェクト、音に合わせて場面が変わるエフェクトなど色々試してみましょう。



※再生速度は、撮影後に再設定、変更ができません。早送り再生またはスロー再生の動画を作成する場合は、事前に「速度」ボタンから設定しておきましょう。

・撮影前に動画の長さを確認（15秒・30秒・60秒・90秒）

「長さ」ボタンをタップすると15秒・30秒・60秒・90秒の4つから尺を選択できるようになります。長さを決定したら、撮影を始めていきましょう。

※撮影をしなくても、端末のアルバム内にある動画や画像を組み合わせで作成することができます。

・自撮り撮影をする場合などに便利なのがタイマー設定です。リール動画の尺のうち、最初の動画をどのくらいの長さで撮るのかを決めたり、カウントダウンを設定したりできます。



表示された赤いバーを右へ伸ばすと、撮影時間の調整ができるようになります。たとえばタイマーを3秒間にしておくと、3秒間の収録が終わったときに自動で撮影が停止するため、いくつかのコマに分けて撮影したい場合に便利です。「カウントダウン」部分では、3秒または10秒でカウントダウンを設定できます。

あとは、シャッターボタンをタップすればカウントダウンが始まり、撮影がスタートします。

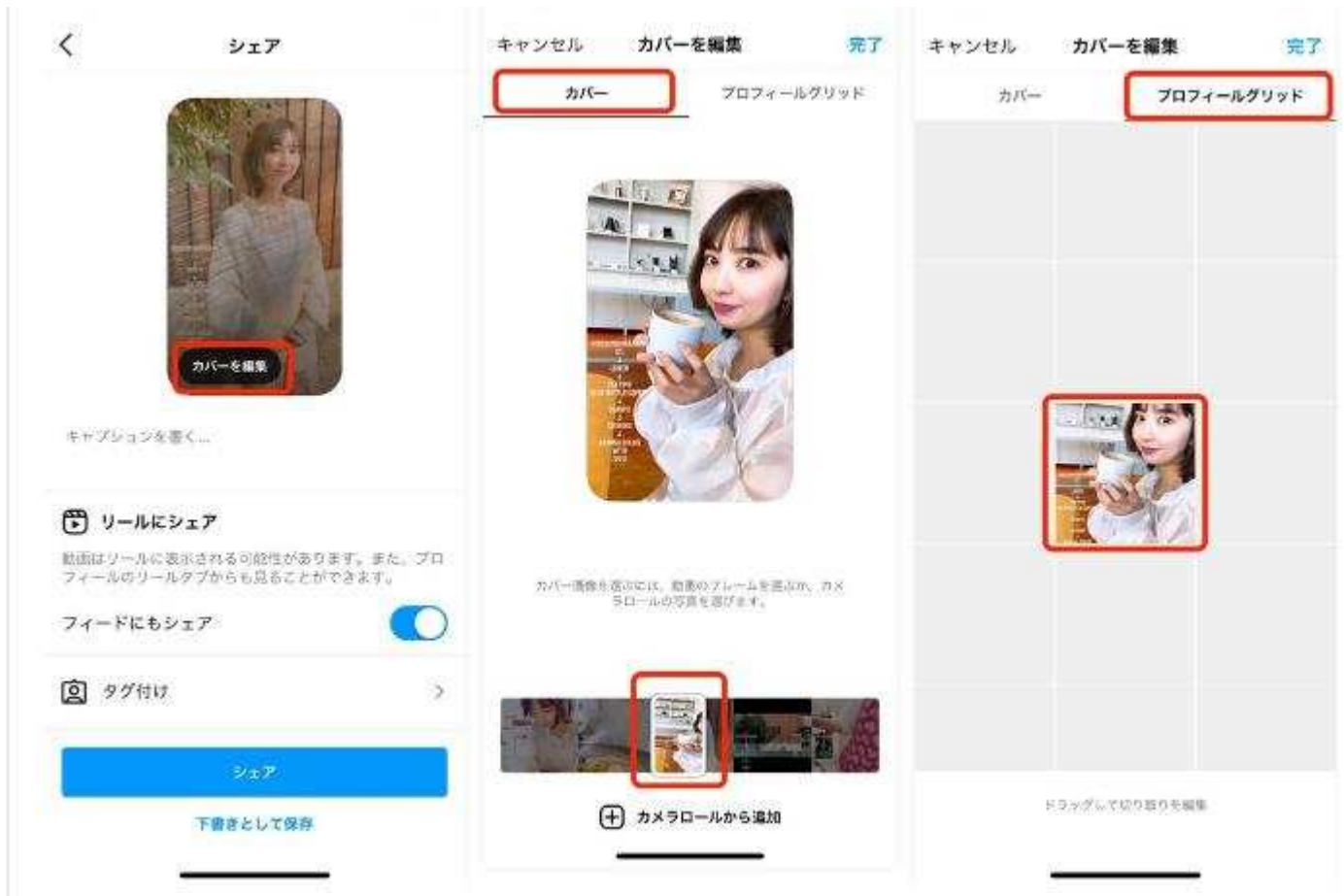
・カバー写真やキャプションなどを入力して投稿

撮影が終わったら「プレビュー」をタップ。全体の動画を確認し、問題なければ次へと進みます。



「シェア」画面に遷移するので、まずはカバー画像から選んでいきましょう。カバー写真は、リールとしてシェアしたときにプロフィールグリッドや「リール」タブに表示される静止画として使われます。「カバーを編集」をタップして動画の中から適切なカットを選ぶか、カメラロール（ギャラリー）から追加で好きな静止画を選べます。

あとは「キャプションを書く」の部分に説明やハッシュタグなどを入力し、最後にシェアをタップしてください。



・撮影をせずにリールを作成する方法（端末のアルバム内）

【端末のアルバムにある動画を組み合わせる作成（編集～投稿）】

撮影済みの複数の動画を組み合わせ、リールのムービーを作成することで、ダイジェストのようなショートムービーを作ることができます。



リール作成画面左下の四角いボタンをタップすると、端末のアルバムに保存されている動画一覧が表示されます。この中から最初の動画を1つ選んでください。

続いて、選択した動画から好きな部分を切り取っていきます。画面下に表示された白いボックスの左右にあるバーを動かして調整したら、右上の追加をタップします。

このとき、画面上部には 90 秒間のうちどれだけ使用済みかが分かる再生バーが表示されます。あとどれくらい動画を追加できるのかがわかるようになっているので、このバーを見ながら 1 つひとつの動画の長さを調整してください。

同じ工程を繰り返し、2 つ目、3 つ目と動画を選択していきましょう。上の再生バーが全部埋まらなくても、90 秒以内であれば OK です。



【アルバムにある画像を組み合わせて作成】

端末のアルバム内の写真を組み合わせたリール動画も作成可能です。スライドショーのような動画が簡単に出来上がります。



画面左下のボタンからアルバムを開き、1枚目の写真を選択します。1枚の写真につき5秒間の尺がデフォルトで設定されています。1つの写真に対して5秒は少し長いと感じる人は、画面下の白い枠を調整して秒数を短くしてください。調整後、右上の追加をタップします。

あとは、同じ工程を繰り返して、アルバム内の写真を追加していきます。

紹介したものの以外にも、BGMの設定や効果音の設定などもできるので、様々なサイトを参考にリール投稿を行ってみましょう（参考URL→<https://apllio.com/instagram-reels-how-to-use>）

※リールを投稿してしまうと、後からBGMやエフェクトを変更・追加などはできません。再編集でおこなえる操作は、**キャプション、カバー写真、タグ付けの変更のみ**です。

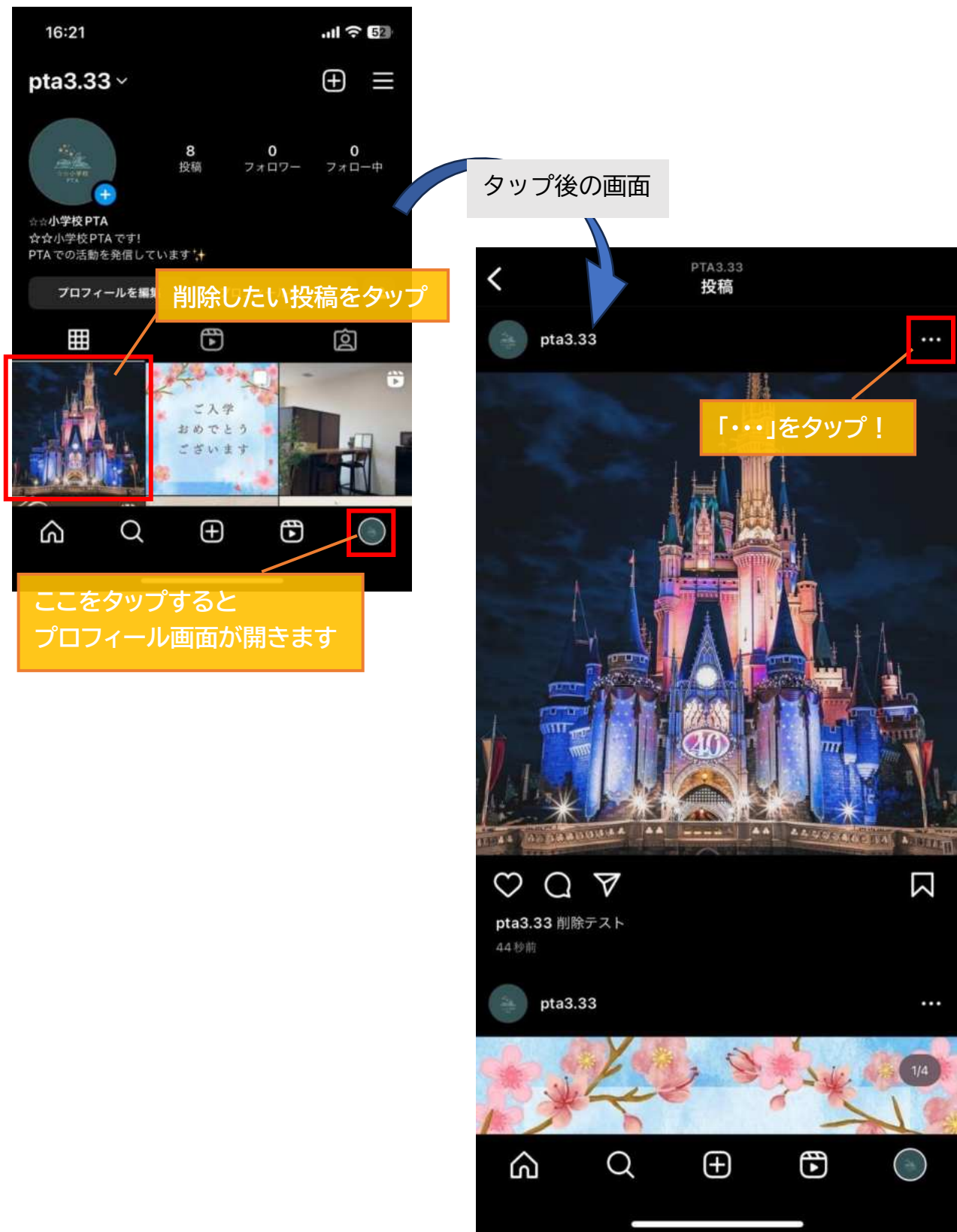
しばらく時間をおいて（約30分）サイトに投稿が反映されるか確認してみましょう。

反映場所がわからない場合は【[◇HP上での投稿表示場所](#)】をご確認ください。

◇各種記事の削除方法

【フィード（通常投稿）の削除方法】

まず、プロフィール画面を表示させましょう。プロフィール画面の表示ができれば、削除したい投稿をタップしましょう。続いて右上の「・・・」をタップしてください。



「・・・」をタップすると画像のようなメニューが表示されます。
一番下の「削除」をタップしましょう。



下の画像のような確認のポップアップが出てきます。

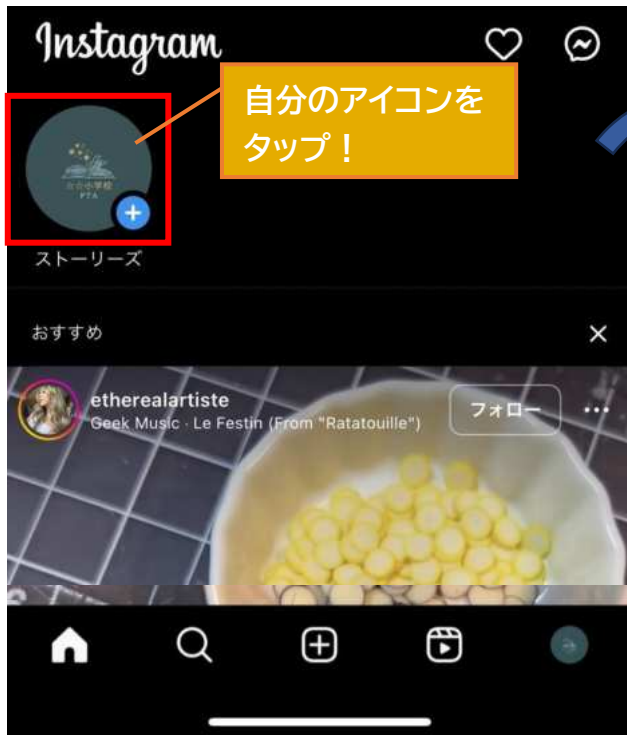


以上でフィード（通常投稿）の削除は完了です！！

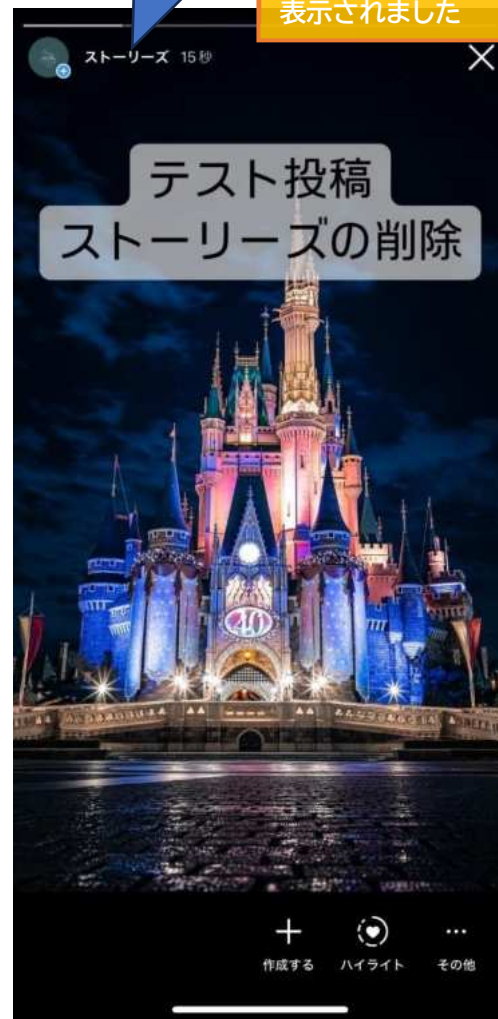
【ストーリーズの削除方法】

ストーリーズ自体は 24 時間後に自動で消えるのですが、間違えて投稿してしまった場合は手動での削除も可能です。

まず、ホーム画面左上の自分のアイコンをタップして、投稿済みのストーリーズを開きましょう。



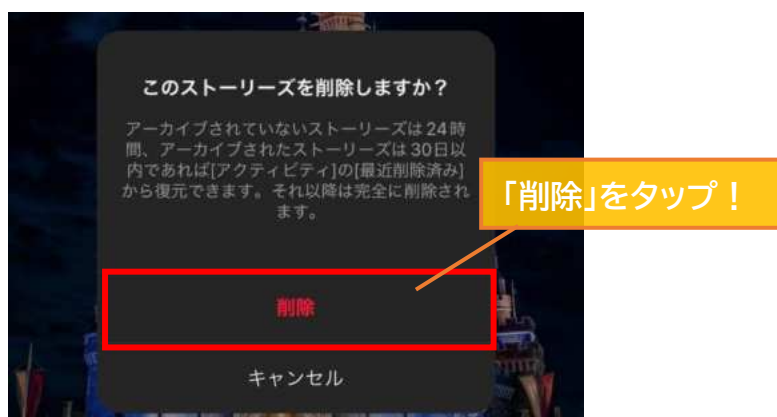
アイコンタップ後の画面



投稿済みのストーリーズを表示できたら、画面右下の「その他」をタップ。
メニューが表示されるので、「削除」をタップしましょう。



本当に削除していいかの確認ポップアップが表示されます。
削除してよければ「削除」をタップしましょう。



以上で、ストーリーズの投稿削除は完了です！！

【リールの削除方法】

リールの削除方法は、フィード（通常投稿）とほぼ同じになります。

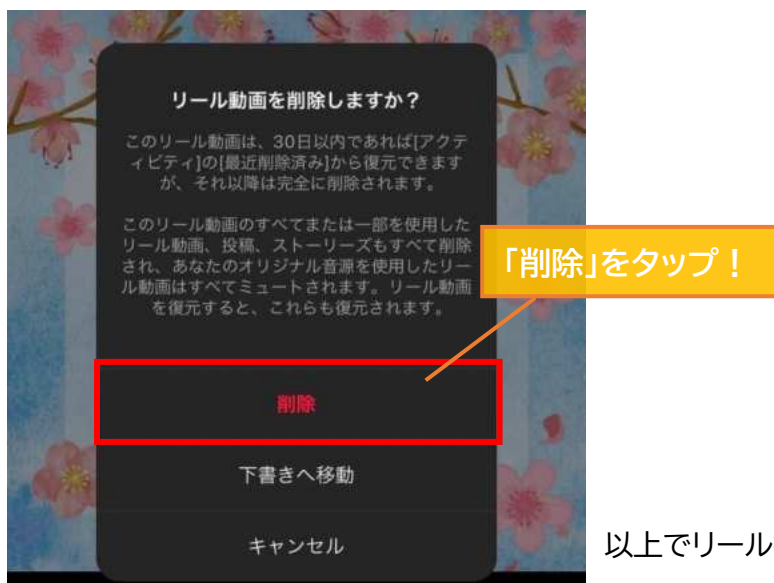
まずは、プロフィール画面に移動し、削除したいリール投稿を表示させましょう。

続けて、画面右上の「・・・」をタップします。

メニューが表示されるので、一番下の「削除」をタップしましょう。



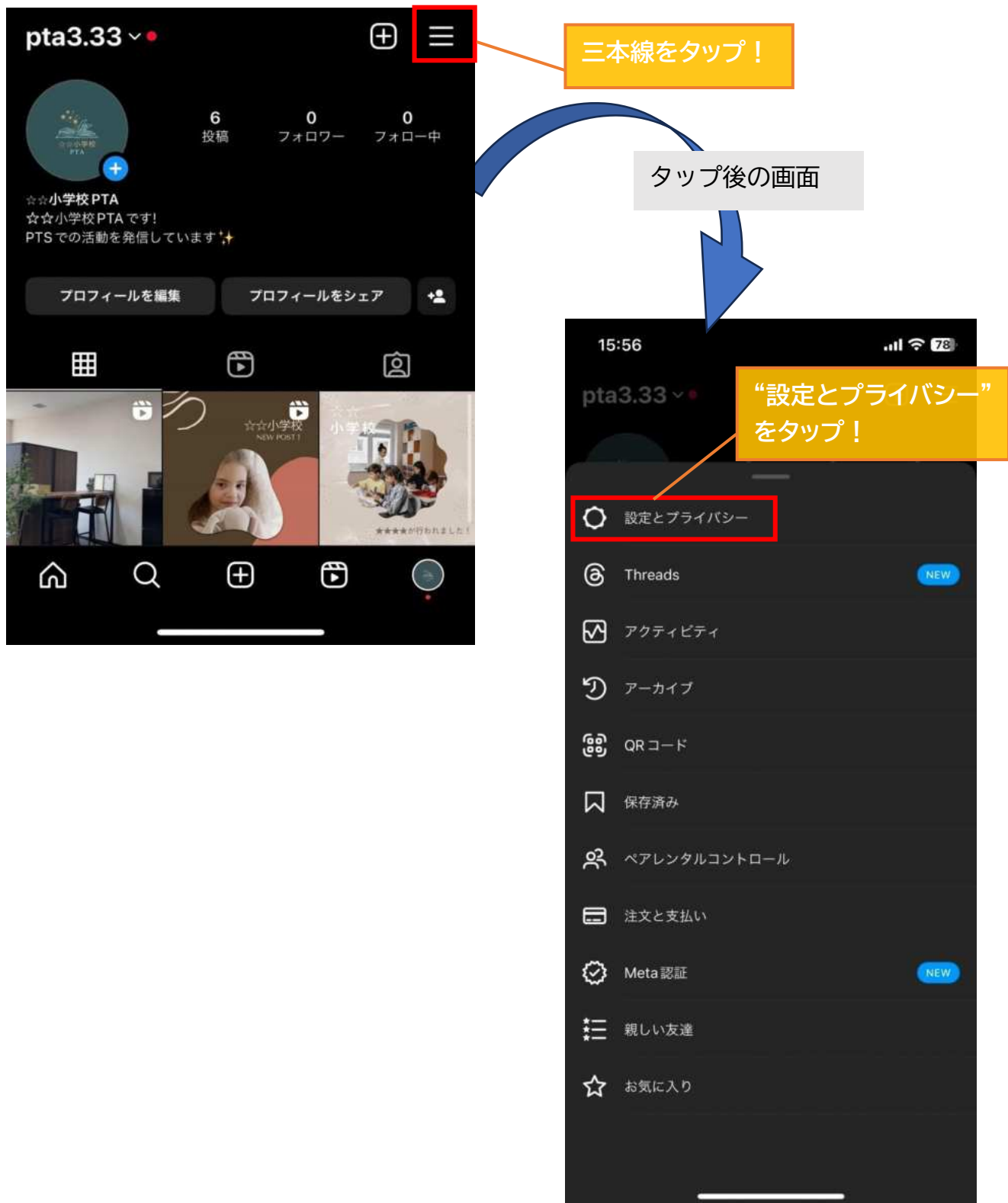
本当に削除してもいいかの確認ポップアップが表示されるので、削除していいのであれば「削除」削除したくないのであれば「キャンセル」をタップしましょう。



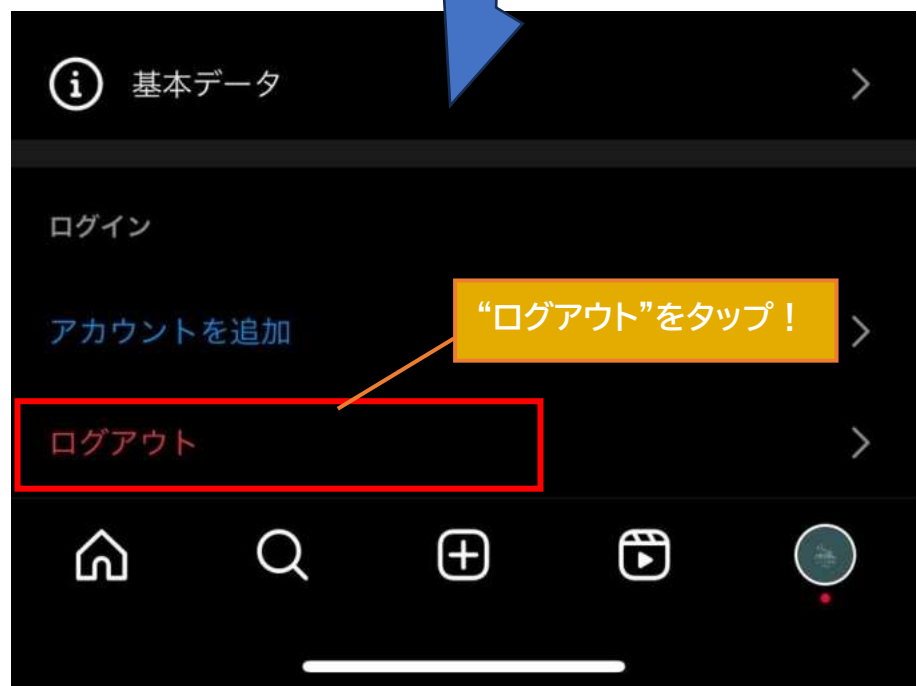
以上でリール投稿の削除は完了です！

◇アカウントのログアウト方法

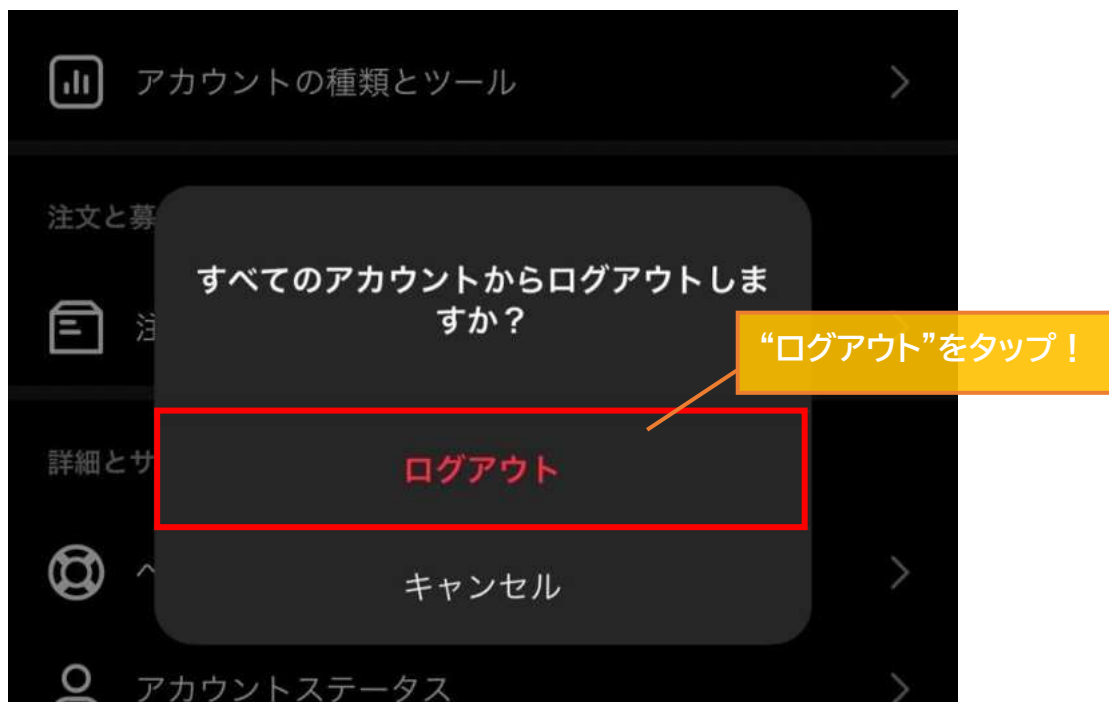
プロフィール画面を開き右上の三本線をタップし、メニューを開きます。
メニューが開いたら、“設定とプライバシー”をタップしてください。



“設定とプライバシー”のメニューが開いたら、一番下までスクロールしてください。一番下まで行くと赤字で“ログアウト”と出てくるので、タップしてください。



ログアウトしてもいいか確認されるので、“ログアウト”をタップしてください。
(ログアウトしない場合は“キャンセル”をタップ)



下画像の画面になればログアウト完了です。
再度ログインしたい場合は、ログインしたいアカウントをタップするだけでOKです。
(パスワード等の入力も必要ありません)

