

CONTENTS



第1章

Instagramを始めよう

Section 01	Instagramってどんなことができるの?	8
Section 02	Instagramを始めるために必要なもの	10
Section 03	スマートフォンにアプリをインストールしよう	12
Section 04	メールアドレスか電話番号でユーザー登録をしよう	14
Section 05	Facebookでユーザー登録をしよう	16
Section 06	プロフィールを設定しよう	18
Section 07	Instagramの画面を知ろう	20



第2章

Instagramの基本的な使い方を知ろう

Section 08	写真を撮影して投稿しよう	24
Section 09	スマートフォンの中の写真を投稿しよう	26
Section 10	複数の写真をまとめて投稿しよう	27
Section 11	ハッシュタグを付けよう	28
Section 12	写真にユーザーをタグ付けしよう	30
Section 13	写真に場所をタグ付けしよう	32
Section 14	投稿をまとめよう	34
Section 15	Instagramでユーザーを探す方法	36
Section 16	発見画面から興味のあるユーザーをフォローしよう	38
Section 17	ユーザー名を検索してフォローしよう	40
Section 18	スマートフォンの連絡先からフォローしよう	42
Section 19	QRコードからユーザーをフォローしよう	44
Section 20	気に入った投稿に「いいね!」しよう	46
Section 21	投稿にコメントしよう	47
Section 22	Instagramからのお知らせを見よう	48
Section 23	投稿を保存してあとから見よう	50
Section 24	「いいね!」した投稿をまとめて見よう	51

Section 25	フォロー・フォロワーの一覧を整理しよう	52
Section 26	ユーザーとメッセージのやり取りをしよう	54



第3章

写真を加工して投稿しよう

Section 27	写真にフィルターをかけよう	58
Section 28	写真を傾けたりトリミングしたりしよう	60
Section 29	写真の明るさを変更しよう	62
Section 30	写真の色合いを変更しよう	64
Section 31	写真を好みの雰囲気加工しよう	66
Section 32	コラージュ画像を投稿しよう	68
Section 33	投稿を編集・削除しよう	70
Section 34	投稿に付いたコメントに返信しよう	73
Section 35	投稿した写真をメッセージで送ろう	74
Section 36	フィルターを並べ替えよう	75



第4章

インスタ映えする! 写真の撮影テクニック

Section 37	インスタ映えする構図やアングルを知ろう	78
Section 38	写真撮影・加工に使えるおすすめアプリ	80
Section 39	スマートフォンで写真を撮るときに役立つ小道具	82
Section 40	料理やスイーツをおいしそうに撮ろう	84
Section 41	動物を可愛らしく撮ろう	86
Section 42	ライフスタイルをおしゃれに撮ろう	88
Section 43	風景を印象的に撮ろう	90
Section 44	旅行先や観光地の思い出を楽しく撮ろう	92
Section 45	服やコーディネートをおしゃれに撮ろう	94
Section 46	写真に文字を入れて投稿内容をわかりやすくしよう	96
Section 47	いろいろな写真の切り抜きを合成しよう	98

CONTENTS



第5章

動画やストーリーを投稿しよう

Section 48	動画を投稿しよう	102
Section 49	スマートフォンの中の動画を投稿しよう	104
Section 50	インスタ映えする動画編集のコツ	106
Section 51	ストーリー機能のしくみ	108
Section 52	ほかのユーザーのストーリーを見てみよう	110
Section 53	ストーリーにコメントを送ろう	111
Section 54	ストーリーで写真や動画を投稿しよう	112
Section 55	複数の写真や動画をつなげて投稿しよう	114
Section 56	ストーリーを装飾しよう	116
Section 57	ストーリーでユーザーにメンションしよう	120
Section 58	ストーリーを削除しよう	122
Section 59	ストーリーを視聴したユーザーを確認しよう	124
Section 60	ストーリーに付いたコメントを確認して返信しよう	125
Section 61	ストーリーの公開範囲を設定しよう	126
Section 62	インスタライブのしくみ	128
Section 63	ほかのユーザーのライブ配信を見てみよう	130
Section 64	自分もライブ配信をしよう	132
Section 65	ライブ配信にゲストを呼ぼう	134
Section 66	リールで動画を撮って公開しよう	136



第6章

Instagramをビジネスに役立てよう

Section 67	Instagramでの集客・販促の流れ	140
Section 68	ビジネス用のアカウントを設定しよう	142
Section 69	アカウントの運営コンセプトを決めよう	146
Section 70	ストーリーの効果的な使い方	150
Section 71	投稿のベストタイミング	154
Section 72	ハッシュタグを活用してユーザーからの反応を増やそう	156

Section 73	キャンペーンを開催してフォロワーを増やそう	158
Section 74	インサイトで効果を分析しよう	160



第7章

Instagramを使いやすく設定しよう

Section 75	プロフィールを編集しよう	164
Section 76	ほかのSNSと連携設定をしよう	166
Section 77	プッシュ通知の設定をしよう	168
Section 78	お気に入りユーザーの投稿通知を受け取ろう	170
Section 79	加工前の写真を保存しないようにしよう	171
Section 80	データの使用量を抑えよう	172
Section 81	Instagramからのメールの設定をしよう	173
Section 82	未登録の友達をInstagramに招待しよう	174
Section 83	パソコンからInstagramを見よう	176
Section 84	投稿をWebサイトやブログでも表示しよう	178
Section 85	Instagramを二段階認証にしよう	180
Section 86	Instagramに複数のアカウントを登録しよう	182



第8章

Instagram困ったときの解決技

Section 87	加工した写真を投稿せずに保存できないの?	186
Section 88	好きな投稿はスマートフォンに保存できないの?	187
Section 89	投稿を下書き保存したい	188
Section 90	ほかのユーザーの投稿をシェアしたいときはどうする?	190
Section 91	投稿した写真の一部を非公開にしたい	192
Section 92	特定のユーザーの投稿をミュートしたい	194
Section 93	特定のユーザーをブロックしたい	196
Section 94	コメントを受け付けないようにしたい	198
Section 95	自分に付けられたタグを削除したい	202

Section 96	投稿にタグ付けされないようにしたい	203
Section 97	投稿にメンションされないようにしたい	204
Section 98	投稿をシェアされないようにしたい	205
Section 99	ほかのSNSにも同時に投稿したい	206
Section 100	SNSとの連携を解除したい	208
Section 101	ショッピング機能での買い物は安全?	210
Section 102	パスワードを忘れてしまった!	212
Section 103	パスワードを変更したい	214
Section 104	アカウントを非公開にしたい	215
Section 105	アカウントを一時停止したい	216
Section 106	アカウントを削除したい	218

ご注意：ご購入・ご利用の前に必ずお読みください

●本書に記載した内容は、情報の提供のみを目的としています。したがって、本書を用いた運用は、必ずお客様自身の責任と判断によって行ってください。これらの情報の運用の結果について、技術評論社および著者、アプリの開発者はいかなる責任も負いません。

●ソフトウェアに関する記述は、特に断りのない限り、2022年1月時点での最新バージョンをもとにしています。ソフトウェアはバージョンアップされる場合があり、本書での説明とは機能内容や画面図などが異なってしまうこともあり得ます。あらかじめご了承ください。

●本書は以下の環境で動作を確認しています。ご利用時には、一部内容が異なることがあります。あらかじめご了承ください。

端末：iPhone 11 (iOS 15.2)、AQUOS sense3 (Android 11)

Instagramのバージョン：217.0

パソコンのOS：Windows 10

●インターネットの情報については、URLや画面などが変更されている可能性があります。ご注意ください。

以上の注意事項をご承諾いただいたうえで、本書をご利用願います。これらの注意事項をお読みいただかずに、お問い合わせいただいても、技術評論社は対処しかねます。あらかじめ、ご承知おきください。

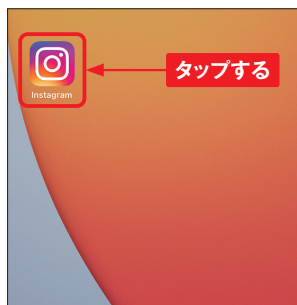
■本書に掲載した会社名、プログラム名、システム名などは、米国およびその他の国における登録商標または商標です。本文中では、TM、[®]マークは明記していません。

プロフィールを設定しよう

「プロフィール」には、自分の名前や写真、自己紹介文などを掲載します。設定した内容は、ほかのユーザーに公開されます。名前や写真は実名や自分の顔写真でなくても構いませんが、友達から見てわかりやすいプロフィールにするとよいでしょう。

📷 プロフィールを設定する

- ① ホーム画面で<Instagram>アプリをタップして起動します。



- ② ナビゲーションメニューの📷をタップしてプロフィール画面を表示し、<プロフィールを編集>をタップします。



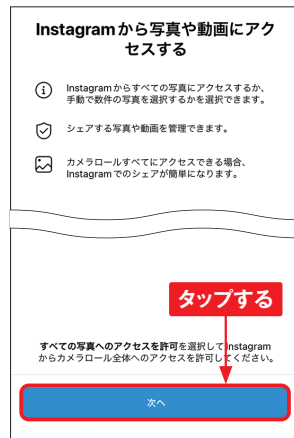
- ③ 「プロフィールを編集」画面で、<プロフィール写真を変更>をタップします。



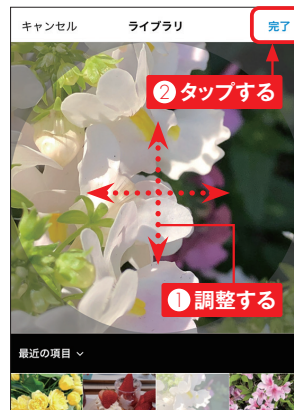
- ④ 写真のインポート元を選びます。ここでは<ライブラリから選択>（Androidでは<新しいプロフィール写真>）をタップします。



- ⑤ 写真へのアクセスを確認するメッセージが表示されます。<次へ>（Androidでは<許可>）をタップし、次の画面で<すべての写真へのアクセスを許可>をタップします。



- ⑥ カメラロールでプロフィールに使用したい写真をタップして、2本指でピンチオープン（拡大）またはピンチクローズ（縮小）しながらプロフィールに使用したい部分を調整したら、<完了>（Androidでは→）をタップします。



- ⑦ プロフィールに写真が設定されました。「名前」や「自己紹介」もタップして設定を行います。



- ⑧ プロフィールの設定が完了したら、<完了>（Androidでは✓）をタップします。



Memo Facebookのプロフィール写真を使う

P.18手順④の画面で<Facebookからインポート>をタップすると、Facebookで使用しているプロフィール写真をInstagramにインポートし、同じ写真をInstagramのプロフィール写真に設定することができます。

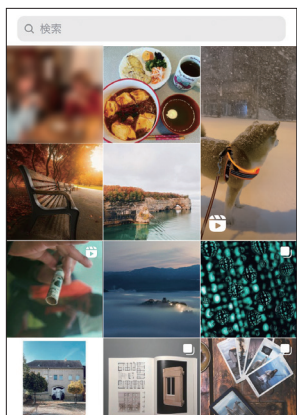
発見画面から興味のあるユーザーをフォローしよう

発見画面では、フォロー中のアカウントや「いいね!」した投稿に基づいたおすすめの写真や動画が表示されます。表示されるのはフォローしていないユーザーや過去に閲覧したことのない投稿なので、新しい発見ができるでしょう。

📷 発見画面の特徴

「発見／検索」の発見画面では、フォロー中のアカウント、閲覧した投稿、「いいね!」した投稿などに基づき、関心が高いと推察されるさまざまなコンテンツがおすすめとして表示されるようになっていきます。また、画面を下方方向にスワイプするとコンテンツが更新され、さらに新しい投稿を表示することができます。発見画面に表示されるのはすべてフォローしていないユーザーの投稿であることから、新しいコンテンツとの出会いの場ともいえます。興味を惹く投稿を見つけたら、積極的にその投稿のユーザーをフォローしていきましょう。また、「発見／検索」の検索画面は、発見画面上部の検索エリアをタップすることで表示されます（Sec.17参照）。検索エリアのタブを切り替えてキーワードを入力することで、そのキーワードに関連する「ユーザー」「音源」「ハッシュタグ」「場所」を検索できます（P.40Memo参照）。検索機能も発見画面と同様、関心のあるユーザーや投稿を見つけやすいようInstagram独自のアルゴリズムで表示されます。

● 発見画面

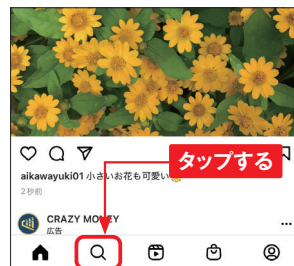


● 検索画面

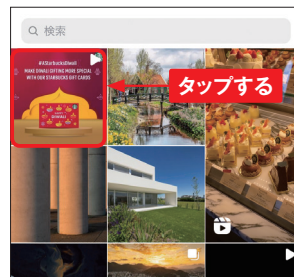


📷 発見画面からフォローする

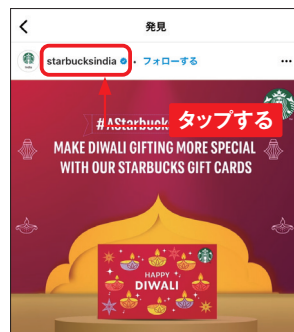
- 画面下部のQをタップします。
- 発見／検索の発見画面が表示されます。興味のある投稿をタップします。
- タップした投稿が表示されます。ユーザーネームをタップします。
- <フォローする>をタップします。
- フォローが完了すると、「フォロー中」と表示されます。フォローを解除する場合は、<フォロー中>→<フォローをやめる>の順にタップします。



- 発見／検索の発見画面が表示されます。興味のある投稿をタップします。



- タップした投稿が表示されます。ユーザーネームをタップします。

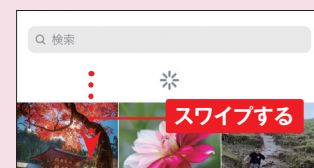


- フォローが完了すると、「フォロー中」と表示されます。フォローを解除する場合は、<フォロー中>→<フォローをやめる>の順にタップします。



Memo 表示を更新する

発見画面を下方方向にスワイプすると、表示コンテンツが更新されます。

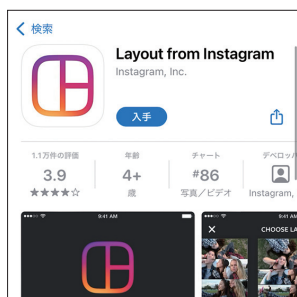


コラージュ画像を投稿しよう

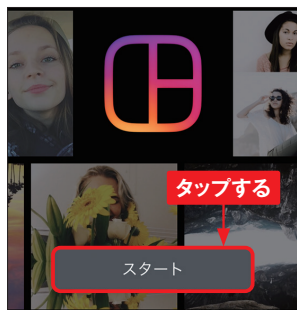
1枚の画像に複数の写真を配置したコラージュ写真は、専用のアプリを使って作成します。ここではInstagramが配布しているアプリを利用しますが、好きなコラージュアプリを使って保存したものを投稿してもよいでしょう。

「Layout」でコラージュを作成する

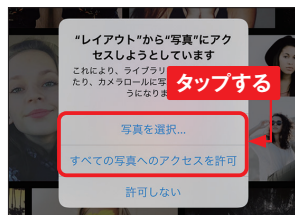
- ① Sec.03を参考に「Layout」アプリをインストールします。



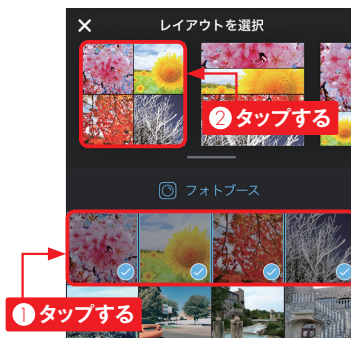
- ② 「Layout」アプリを開くと、初回は案内画面が表示されます。画面を左方向に4回スワイプし、<スタート>をタップします。



- ③ 写真へのアクセスを求める画面が表示されるので、<写真を選択>または<すべての写真へのアクセスを許可>（Androidでは<許可>）をタップします。



- ④ コラージュしたい写真をタップして選択し、画面上部のレイアウトパターンをタップします。



- ⑤ 写真の並べ替えや幅などは、ドラッグすることで変更できます。編集が完了したら<保存>をタップします。



- ⑥ <INSTAGRAM>をタップします。



- ⑦ <フィード>（Androidでは<FEED>）をタップします。



- ⑧ Instagramの「新規投稿」画面にコラージュした写真が表示されます。<次へ>（Androidでは→）をタップします。



- ⑨ 続けて編集画面が表示されます。任意で編集を行い、<次へ>（Androidでは→）をタップして、写真を投稿します。



- ⑩ コラージュした画像が投稿されます。

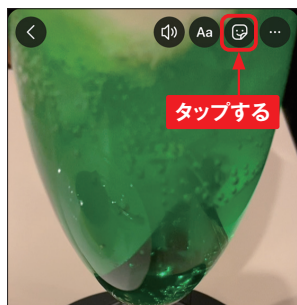


ストーリーを装飾しよう

ステッカーや落書きツール、テキスト入力など編集ツールを使って、ストーリーを盛り上げましょう。中でも、タップして貼るだけのステッカーは、季節に合ったものから実用的なものまで多数用意されています。

📌 ステッカーを挿入する

- ① 投稿する写真や動画を表示した状態で、📌をタップします。



- ② ステッカーの一覧から、使用したいもの（ここでは<場所>）をタップします。



- ③ 候補から追加する位置情報をタップします。



- ④ 位置情報のステッカーが追加されました。中にはタップで表示が変化するものもあります。



- ⑤ タップで表示が変わりました。ほかのステッカーを追加するには、再度📌をタップします。



- ⑥ <#ハッシュタグ>をタップします。



- ⑦ ハッシュタグを入力し、<完了>をタップします。



- ⑧ ステッカーが配置されます。ステッカーはピンチアウト／ピンチインで拡大／縮小したり、回転や移動をしたりなどの操作が自由にできます。



自分もライブ配信をしよう

「ライブ」は、通信環境が整えば誰でもかんたんに配信できます。今見ている景色や起きている出来事をリアルタイムで配信しながら、視聴してくれているユーザーと交流してみましょう。

ライブ配信を開始する

- ① ホーム画面で田をタップし、＜ライブ＞をタップします。



- ② 任意でライブのタイトルや公開範囲を設定できます。ここでは＜タイトル＞をタップします。



- ③ ライブのタイトルを入力し、＜タイトルを追加＞をタップします。



- ④ 田をタップし、配信を開始します。「ライブ配信中です!」と表示されると、フォロワーに配信中であることが通知されます。



- ⑤ 配信に参加したユーザーや届いたコメントは画面下部に表示されます。古いお知らせやコメントは上に流れていきます。



- ⑥ 配信を終了するときはXをタップし、次の画面で＜今すぐ終了＞をタップします。



- ⑦ 配信が終了します。＜動画をシェア＞をタップすると配信した内容を投稿できます。＜ライブアーカイブで見える＞をタップすると、配信した内容を見返すことができます。ここでは＜動画を削除＞をタップします。



- ⑧ ＜破棄＞をタップします。ここで動画を削除しても、ライブアーカイブには30日間保存されます。



Memo ライブ配信中に視聴ユーザーを確認する

配信中に画面右上の田をタップすると、画面下部に視聴者リストが表示されます。



Section

86

Instagramに
複数のアカウントを登録しよう

Instagramでは、複数のアカウントを登録して、切り替えて利用することが可能です。たとえば通常のアカウントと仕事用のアカウント、趣味のアカウントなど、用途や写真の内容ごとにアカウントの使い分けができます。

📷 アカウントを追加する

- ① 画面下部の🔍をタップし、≡→<設定>の順にタップします。



- ② 画面を上方向にスワイプして、<アカウントを追加>をタップします。



- ③ <新しいアカウントを作成>をタップします。



Memo 既存アカウントを追加する

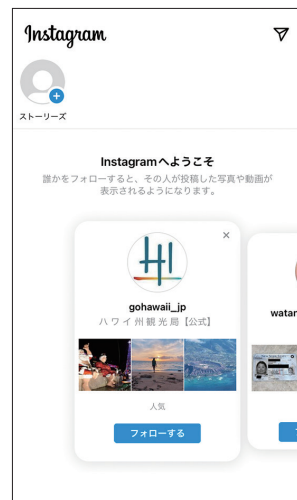
既存のアカウントを追加したい場合は、手順③の画面で<既存のアカウントにログイン>をタップしてログインします。



- ④ Sec.04 ~ 06を参考にアカウントの作成を進め、<登録を完了>をタップします。

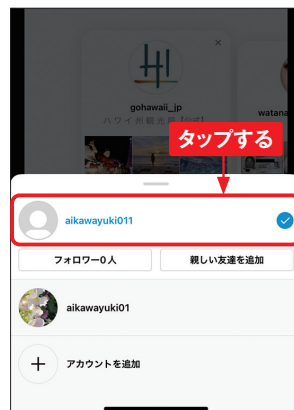


- ⑤ 案内画面をスキップしてアカウントの作成が完了すると、プロフィールページが表示されます。



📷 アカウントを切り替える

- ① 画面下部のプロフィールアイコン（現在表示しているアカウントのプロフィール写真）を長押しして、表示されるリストから切り替えたいアカウントをタップします。



- ② アカウントが切り替わります。



投稿した写真の一部を 非公開にしたい

通常、インスタグラムに投稿した写真はすべて公開されます。公開範囲はアカウントを非公開設定にすることで調整できますが、投稿ごとに公開・非公開を設定するには、「アーカイブ」機能を利用します。

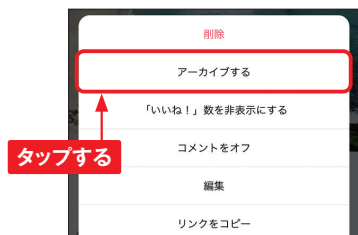
アーカイブ機能とは？

「アーカイブ」とは、資料や記録文書の保管場所（書庫）または保存することを意味する単語です。IT用語では、複数のファイルを1つのファイルにまとめて保管することをアーカイブと呼ぶこともあります。インスタグラムの「アーカイブ」機能も、投稿した写真や動画を一時的に移動する保管庫のような場所と考えるとわかりやすいでしょう。なお、アーカイブできるのは一度投稿した写真のみです。はじめからアーカイブに保存することはできません。

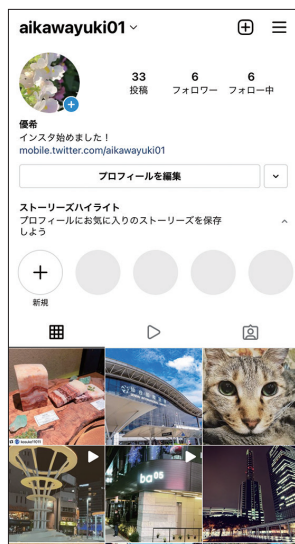
- ① 非公開にしたい投稿を表示し、…（Androidでは：）をタップします。



- ② <アーカイブする>をタップします。



- ③ アーカイブした投稿がプロフィール画面から非表示になります。

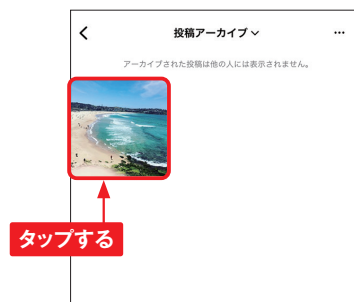


アーカイブした投稿を再公開する

- ① 画面下部の@をタップし、≡→<アーカイブ>の順にタップします。



- ② アーカイブした写真のサムネイルをタップします。



- ③ …（Androidでは：）をタップします。



- ④ <プロフィールに表示>をタップします。



Memo アーカイブ一覧が表示されない場合

手順②の画面で「ストーリーズアーカイブ」や「ライブアーカイブ」が表示された場合は、画面上部の▽をタップし、<投稿アーカイブ>をタップします。

