

目次

はじめに	003
本書の使い方	004
リンク一覧の利用方法	005

Chapter 1 Adobe Expressを始めよう

Section 01 Adobe Expressでできることを知ろう	014
Section 02 Adobeアカウントを作成しよう	016
Section 03 ログイン/ログアウトしよう	018

Chapter 2 基本操作をマスターしよう

Section 01 新規ファイルを作成/保存しよう	024
Section 02 画面構成を知ろう	030
Section 03 オブジェクトを配置/移動しよう	032
Section 04 操作の取り消し/やり直しをしよう	034
Section 05 オブジェクトの配置を整えよう	036
Section 06 基本操作を組み合わせて画像を作ろう	040
Section 07 作成したデザインをダウンロードしよう	050

Chapter 3 レイヤー操作をマスターしよう

Section 01 レイヤースタックについて知ろう	056
Section 02 オブジェクトを配置してレイヤースタックを作成しよう	058
Section 03 レイヤースタックの表示/非表示を切り替えよう	062
Section 04 レイヤーの順序を入れ替えよう	064
Section 05 レイヤーをロックしよう	066

Section 06 複数のオブジェクトを整列させよう	068
Section 07 複数のオブジェクトを1つのレイヤーにまとめよう	070
Section 08 配色を設定して雰囲気を統一しよう	074
Section 09 背景のレイヤーを設定しよう	076

Chapter 4 テキスト操作をマスターしよう

Section 01 文字を入力しよう	082
Section 02 文字サイズ/フォントを変更しよう	084
Section 03 文字に書式を設定しよう(太字/斜体/下線)	088
Section 04 テキストをリストに変換しよう	090
Section 05 行揃え/文字間隔/行間を変更しよう	092
Section 06 文字を変形/反転させよう	094
Section 07 文字の色/不透明度を変更しよう	096
Section 08 文字に輪郭を付けよう	098
Section 09 文字にテクスチャを設定しよう	100
Section 10 文字に影や光彩を設定しよう	104
Section 11 文字にフレームを設定しよう	106
Section 12 テキストテンプレートから編集しよう	108
Section 13 文字にアニメーションを設定しよう	112

Chapter 5 画像編集をマスターしよう

Section 01 画像を取り込もう	118
Section 02 画像の色調/ぼかしを調整しよう	120
Section 03 透明度を設定しよう	124
Section 04 フィルター効果を適用しよう	126
Section 05 ささまざまな形に切り抜こう	128
Section 06 画像の背景を削除しよう	130
Section 07 AIを使った画像の生成/置換を行おう	132

Section 08	さまざまな「素材」を追加しよう	136
Section 09	「グリッド」に写真を配置しよう	138
Section 10	テンプレートを活用しよう	142
Section 11	アニメーションを設定しよう	146

Chapter 6 動画編集をマスターしよう

Section 01	動画を取り込もう	152
Section 02	タイムラインを編集しよう	154
Section 03	さまざまな形に切り抜こう	158
Section 04	速度を調整しよう	160
Section 05	テキストや素材を追加しよう	162
Section 06	オブジェクトの表示タイミングを調整しよう	166
Section 07	BGM／ナレーションを設定しよう	168
Section 08	動画の色調を編集しよう	174
Section 09	動画を書き出そう	176
Section 10	テンプレートを活用しよう	178

Chapter 7 YouTubeでAdobe Expressを活用しよう

Section 01	YouTube用の動画を作ろう	184
Section 02	YouTubeのサムネイルを作ろう	188
Section 03	YouTubeに動画を投稿しよう	192
Section 04	YouTubeショート用の動画を作ろう	194
Section 05	YouTube用のバナーを作ろう	196
Section 06	YouTube用のプロフィール画像を作ろう	202

Chapter 8 InstagramでAdobe Expressを活用しよう

Section 01	Instagramフィード投稿用の画像を作ろう	210
Section 02	Instagramカルーセル用の画像を作ろう	214
Section 03	画像をダウンロードしてInstagramに投稿しよう	220
Section 04	Adobe ExpressとInstagramの連携の準備をしよう	222
Section 05	Adobe ExpressとInstagramを連携しよう	228
Section 06	Adobe ExpressからInstagramに投稿しよう	230
Section 07	Instagramのプロフィール画像を設定しよう	232
Section 08	Instagramストーリーズ用の画像／動画を作ろう	236
Section 09	Instagramリール用の動画を作ろう	240

Chapter 9 そのほかのSNSでAdobe Expressを活用しよう

Section 01	TikTokでAdobe Expressを活用しよう	246
Section 02	XでAdobe Expressを活用しよう	250
Section 03	FacebookでAdobe Expressを活用しよう	258
Section 04	LINEでAdobe Expressを活用しよう	266
Section 05	複数のSNSへ一度に投稿しよう	272

Chapter 10 チラシやポスターを制作しよう

Section 01	チラシ／ポスターを作ろう	278
Section 02	パンフレットを作ろう	280
Section 03	プレゼンテーションを作ろう	282
Section 04	名刺を作ろう	286
Section 05	ドキュメントのサイズを変更しよう	288

Section 01	背景を削除しよう	298
Section 02	画像のサイズを変更しよう	300
Section 03	画像をトリミングしよう	302
Section 04	ロゴメーカーでロゴを作ろう	304
Section 05	生成AIでテキストから画像を生成しよう	308
Section 06	生成AIでテキストにテクスチャを生成しよう	310
Section 07	PDF関連のクイックアクションを使いこなそう	312
Section 08	字幕を自動生成しよう	320
Section 09	動画のサイズを変更しよう	322
Section 10	動画をトリミングしよう	324
Section 11	動画を結合しよう	326
Section 12	動画を切り抜こう	328
Section 13	画像や動画のフォーマットを変換しよう	330
Section 14	QRコードを生成しよう	332
	索引	334



Adobe Expressを始める準備をしよう

Adobe Expressでできること

Adobe Expressは、オンラインで使用できるデザインツールです。写真／動画の編集やグラフィックデザインをかんたんに行うことができます。テンプレートも豊富に用意されており、経験がなくても

クオリティの高いデザインを作成できます。作成したデザインは、SNSに投稿したり、ダウンロードしてプリントアウトしたりして使用することができます。また、多くの機能は無料で使用できるのも特徴です。

画像や動画の編集ができて、テンプレートを利用することもできる



画像の編集



動画の編集



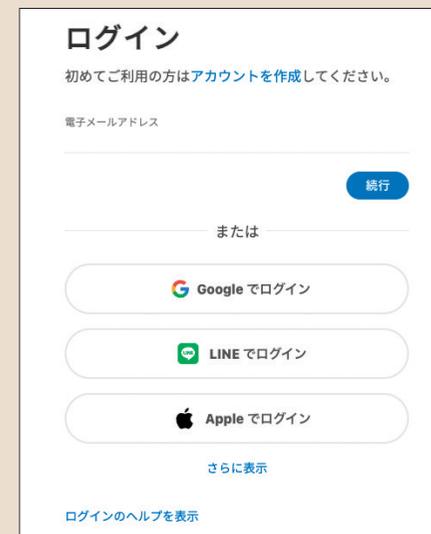
テンプレートの例

アカウント登録を行い、ログイン／ログアウトする

オンラインツールであるAdobe Expressを使用するためには、Adobeアカウントが必要です。すでにAdobeアカウントを所有している方は、既存のアカウントにログインすることでAdobe Expressを使用できるようになります。Adobeアカウントを保有していない方は、会員登録

を行きましょう。メールアドレスでの登録のほか、ソーシャルアカウント（Google、Facebook、Apple、Microsoft、LINE）で登録することも可能です。

Adobeアカウントを登録してAdobe Expressを利用する



複数のログイン方法



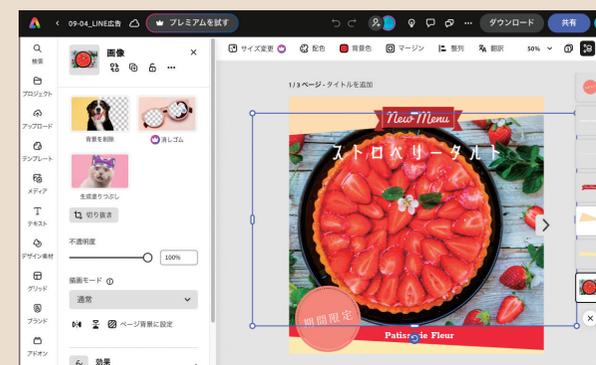
Adobe Expressホーム画面

PCとスマートフォンで活用できる

Adobe Expressは、PCではブラウザから、スマートフォンではアプリから使用できます。同じAdobeアカウントを使用すれば、PCとスマートフォ

ンで同じファイルを共有し、編集することも可能です。PCのブラウザ画面とスマートフォンの小さな画面、それぞれに適したインターフェースになっています。

同じAdobeアカウントを利用することでPCでもスマートフォンでも使うことができる



PCブラウザ版



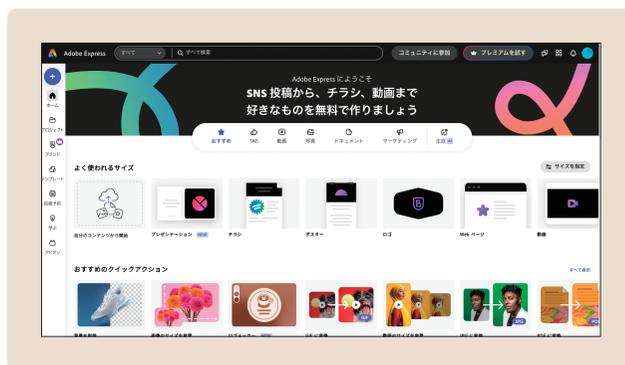
スマートフォンアプリ版

Adobe Expressでできることを知ろう

Adobe Expressを使うとどんなことができるのか、まずは基本的な機能を確認しましょう。

Adobe Expressとは？

Adobe Expressは、Adobeが提供するオンラインデザインツールです。デザインの経験が少ない人や、画像／動画編集ソフトの使用経験が少ない人でも、直感的に使えるように設計されています。



基本的に無料で利用できる

Adobe Expressは、基本的な機能を無料で利用できます。

有料プランの「プレミアム」も用意されており、有料プランにアップグレードするとすべての機能を使用できるようになります。有料のプランには、 という王冠のマークが表示されます。

本書では、無料プランでできること中心に解説します。



グラフィックデザイン

写真やイラスト、テキストを使ったグラフィックデザインを制作できます。

機能	内容
SNS用画像の作成	FacebookやInstagram、TwitterなどのSNSに適した画像やバナーをデザインできます。
ポスター／フライヤーの作成	イベントやキャンペーンのポスターやフライヤーをデザインできます。
ロゴデザイン	ビジネスやプロジェクトのロゴをかんたんに作成できます。



動画の作成／編集

ビデオクリップを編集して、かんたんにプロフェッショナルなビデオを制作できます。

機能	内容
クリップの編集	ビデオクリップのトリミングや並べ替えができます。
テキストの追加	キャプションやタイトルを追加できます。
音楽の追加	音楽を追加することができます。Adobe Expressには、無料で使用できる音楽ライブラリも含まれています。



テンプレートの利用

豊富なテンプレートが用意されており、目的に合ったデザインをかんたんに制作できます。

機能	内容
カテゴリ別のテンプレート	さまざまなカテゴリのテンプレートが揃っています。
カスタマイズ可能	テンプレートを選び、テキストや画像を目的に合わせてアレンジできます。



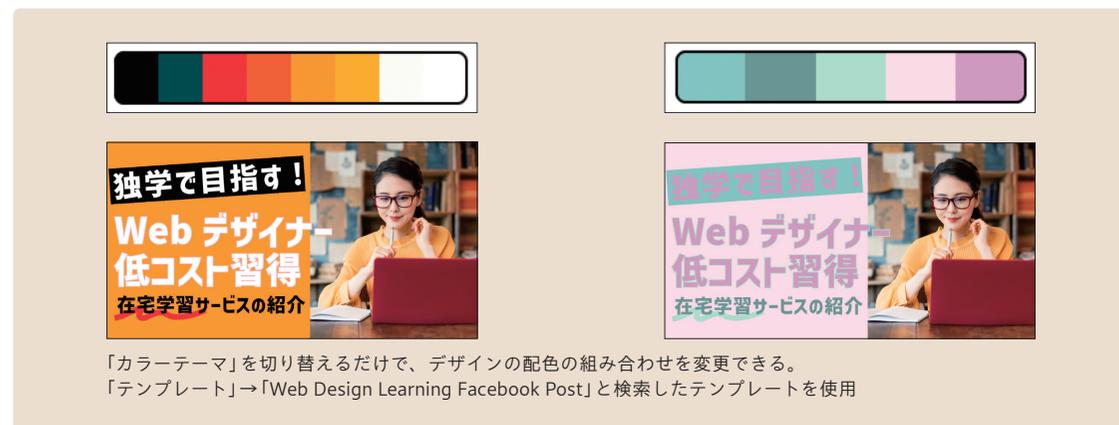
配色を設定して 雰囲気を統一しよう

全体的な色の統一感があると引き締まったデザインに見えます。
すべてのレイヤーの色合いを統一してみましょう。

配色とは？

「配色」は、ファイル内の色の組み合わせを指します。
選択したテーマに合わせ、背景、テキスト、図形などの
各要素に適用される色を統一的に管理することができ、
視覚的に調和のとれたデザインを作成できます。

たとえば、同じテンプレートの素材でも、配色のテーマ
を変更すると、次の図のようにまったく違った雰囲気に
仕上げることができます。



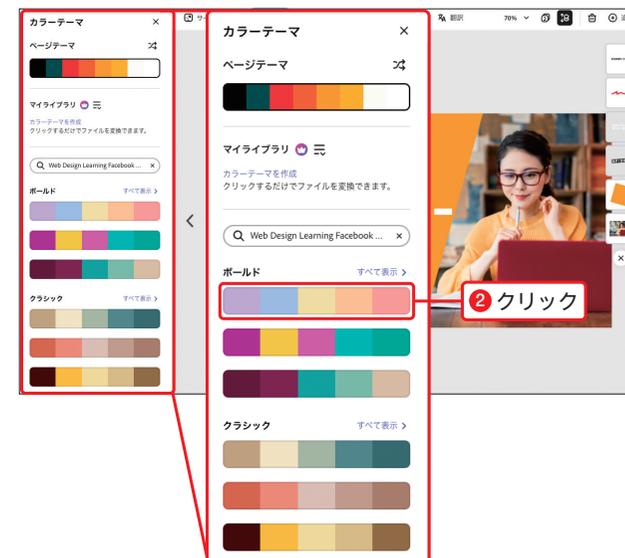
配色を変更する

- 1 トップバーから「配色」をクリックします①。

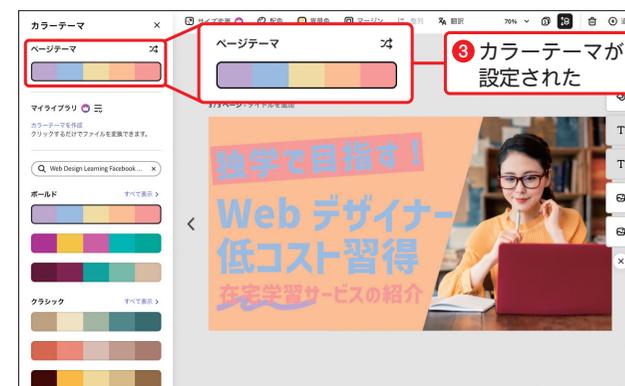


- 2 サブメニューパネルに複数のカラーテーマが表示されます。
希望に近い色の組み合わせをクリックします②。

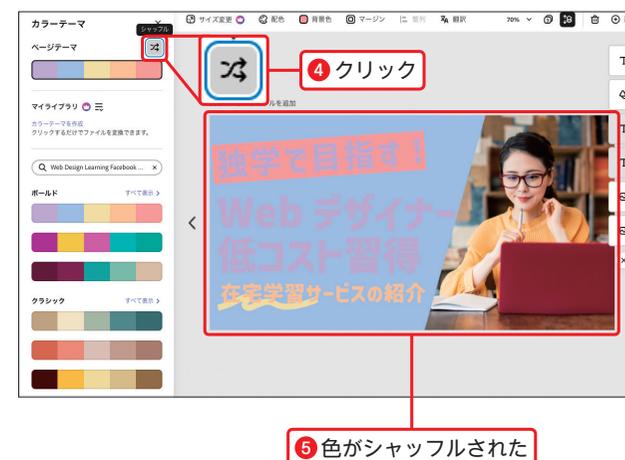
各配色テーマの横にある「すべて表示>」をクリックすると、さらに多くの配色パターンを確認できます。



- 3 サブメニューパネル上部の「ページテーマ」が選択したテーマカラーに切り替わり、キャンバスの背景色がページテーマのカラーの色に変更されます③。



- 4 設定されたページテーマの隣にある「シャッフル」(Shuffle) をクリックすると④、同じページテーマの配色で色がシャッフルされます⑤。



画像の色調／ぼかしを調整しよう

取り込んだ写真ごとに色調やぼかしを調整することができます。

色調とは？

「色調」は、画像の色のバランスや調和を指します。具体的には、色の「明るさ」や「彩度」、「コントラスト」などを調整して、画像の全体的な色味を改善する作業を行います。

色調補正を行うことで、写真や画像の見栄えをよくなったり、元のシーンの雰囲気や質感をより忠実に再現したりすることができます。



色調／ぼかしを調整する

- 1 カンバス上に配置した画像をクリックし、サブメニューから「色調補正・ぼかし」をクリックします②。

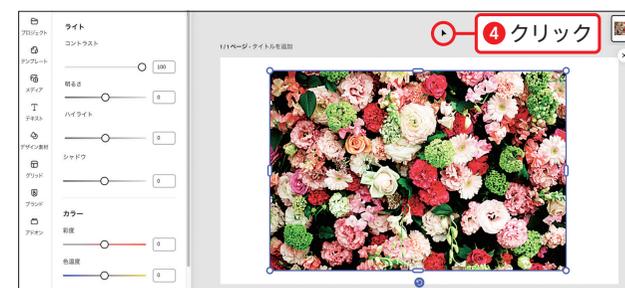
💡 今回は、効果がわかりやすいように、花の画像を配置しています。



- 2 サブメニューに「色調補正・ぼかし」の調整項目が表示されるので、スライダーで調整します③。
各項目を調整した際のイメージを次ページの表にまとめます。



- 3 調整が完了したら、該当する画像以外の場所をクリックすると、確定します④。
再度修正したい場合、再び「色調補正・ぼかし」をクリックすると、調整後の状態から補正を再開できます。



色調補正をリセットする

- 1 色調補正前の状態に戻すことができます。
「色調補正・ぼかし」のサブメニューパネルの最下部にある「すべてリセット」をクリックします①。



- 2 すべての補正がリセットされ、画像が初期の状態に戻ります。
「色調補正・ぼかし」のサブメニューパネルの各項目の数値も初期値に戻ります②。



BGM / ナレーションを設定しよう

映像にさまざまな音源を設定することができます。自身で用意した音源を追加するほか、Adobe Expressでは、映像に使用可能な音源も用意されています。

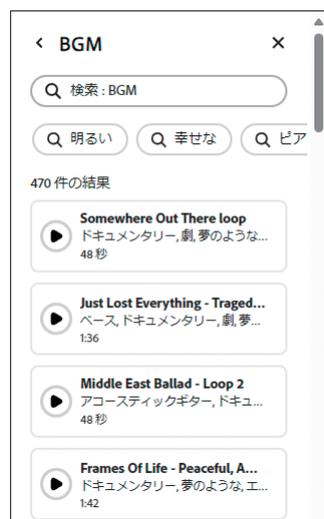
BGMの設定とは?

映像にBGMを追加することができます。

自身で用意した音源を追加するほか、Adobe Expressでは、映像に使用可能な音源も用意されています。

また、ナレーションを入れたい場合など、映像を再生しながら、マイクを使って音声を吹き込むことも可能です。

元の映像に入っていた音声の音量を変更したり、オリジナルの音声を削除してBGMやナレーションだけが流れるようにしたり編集することもできます。



Adobe Express上で
利用可能な音源の例

オリジナルの音源を取り込む

- 自身で用意したMP3ファイルなどの音源を取り込むことができます。メインメニューから「メディア」をクリックし①、「デバイスからアップロード」をクリックします②。



- 音源のファイルを選択し、「開く」をクリックします③。



- タイムラインの映像コンテンツの下に音源ファイルが配置されます④。なお、長さは映像ファイルの長さに合わせてトリミングされます。音源の方が長い場合、映像を追加すると音源の再生時間もその分増加します。



映像に合わせて音声を録音する

- 自分の声などの音声を映像に合わせて取り込むことができます。音声をスタートしたい位置まで再生ヘッドをドラッグします①。



YouTube用の動画を作ろう

Chapter 6で学習した動画編集の手順を組み合わせたり、テンプレートを活用したりして、YouTubeに投稿する動画を作りましょう。

YouTube用の動画とは？

YouTubeに投稿可能な動画のサイズやアスペクト比は非常に柔軟です。基本的なガイドラインを右の表に示します。

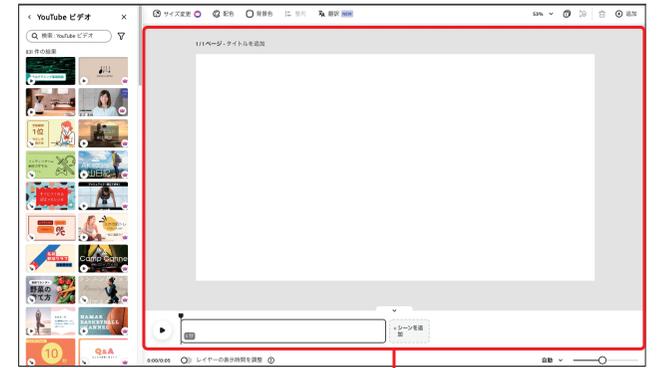
仕様	詳細
アスペクト比	「16:9」がもっとも一般的なアスペクト比です。ほかのアスペクト比もサポートされていますが、再生時に画面の左右または上下に黒い帯が表示されることがあります。
解像度とサイズ	最小解像度が426 × 240ピクセル(240p)、最大解像度が3840 × 2160ピクセル(4K)になります。
ファイル形式	もっとも一般的なのはMP4で、ほかにもMOV、AVI、WMVなどがサポートされています。
アップロードサイズ制限	個々の動画ファイルのサイズは最大256GBまで、または最大12時間までです。

YouTube動画用のファイルを新規作成する

- 1 Adobe Expressのホーム画面上部の「SNS」をクリックし①、「YouTube」のタブをクリックします②。表示されたYouTube用のプリセットの中から、「YouTube動画」をクリックします③。



- 2 1920×1080pxの白紙のキャンバスとタイムラインが表示されます④。また、サブメニューには、「YouTube動画」用のテンプレートが表示されます



④ ファイルが作成された

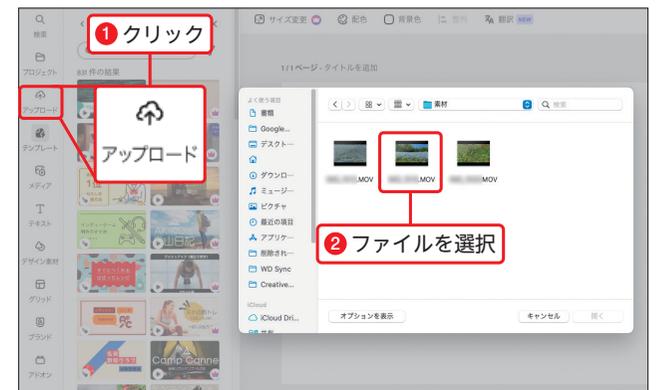
- 3 左上の「無題 -0000年00月00日」と書かれた部分をクリックし、ファイル名を入力しましょう⑤。



⑤ ファイル名を入力

YouTube用に動画を編集する

- 1 メインメニューで「アップロード」をクリックし①、取り込みたい動画ファイルを選択します②。



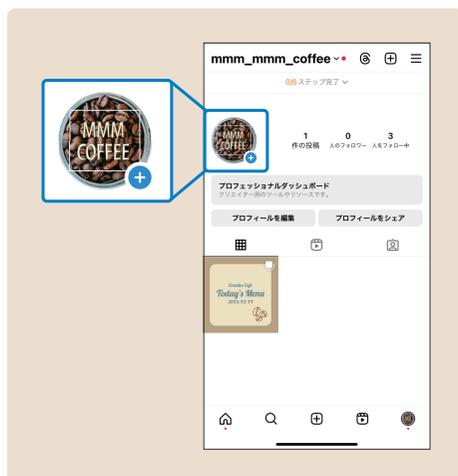
② ファイルを選択

Instagramのプロフィール画像を設定しよう

Instagramのアイコンとなるプロフィール画像を
Adobe Expressで作成し、PCから設定します。

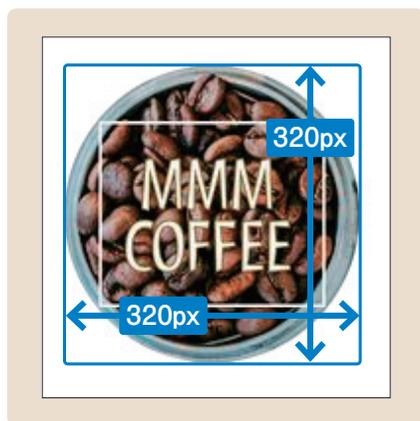
Instagramのプロフィール画像とは？

Instagramのプロフィール画像は、ユーザーのアイコンで、投稿やコメント、フォロリストなどさまざまな場所で表示されます。プロフィール画像は円形で表示されます。円形の径は画像の短辺に合わせた状態で切り抜かれ、調整することができないため、あらかじめ正方形の画像を作成しておくといでしょう。



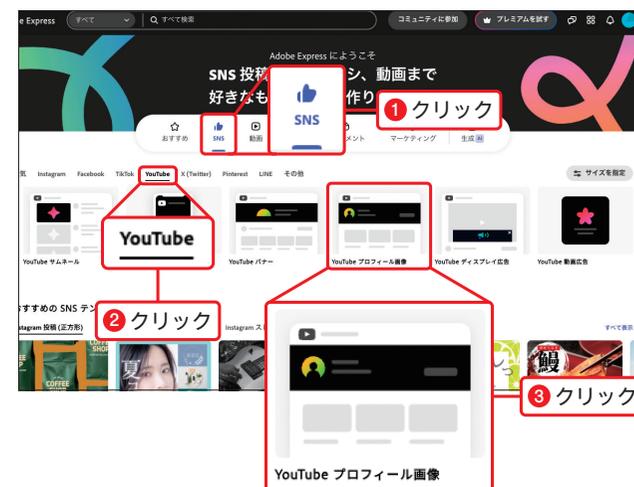
Instagramプロフィール画像の推奨サイズ

表示サイズは180×180pxですが、320×320px以上のサイズが推奨されています。ファイルサイズは2MB以下で、JPEGやPNGなどの一般的な画像ファイル形式が使用できます。



ファイルを作成する

- 1 「YouTubeプロフィール画像」はInstagramプロフィール画像の推奨要件を満たすので、それを活用します。Adobe Expressのホーム画面上部の「SNS」をクリックし①、「YouTube」のタブをクリックします②。表示されたYouTube用のプリセットの中から、「YouTubeプロフィール画像」をクリックします③。



- 2 800px × 800pxの白紙のキャンバスが表示されます④。左上の「無題 -0000年00月00日」と書かれた部分をクリックし、ファイル名を入力します⑤。



プロフィール画像を編集／ダウンロードする

- 1 画像を編集します①。サブメニューにはプロフィール画像用のテンプレートが表示されているので、必要に応じてテンプレートも活用しましょう。



TikTokでAdobe Expressを活用しよう

動画共有アプリのTikTokでは、投稿用動画の作成にAdobe Expressを活用できます。アカウントを連携させることで、Adobe Expressから直接投稿することも可能です。

TikTokでAdobe Expressの活用できる場所

TikTokは、動画共有ソーシャルメディアアプリで、最大3分までの短い動画を作成/投稿できます。

ダンスやコメディ、料理、DIY、美容、教育、ライフハックなど、さまざまなジャンルのコンテンツが投稿されています。TikTokでは、次のシーンでAdobe Expressを活用できます。

作成するもの	解説ページ
1 動画の作成/投稿	246～249ページ
2 アイコン画像の作成	202ページ (YouTubeのプロフィール画像作成参照)



TikTok動画を作成する

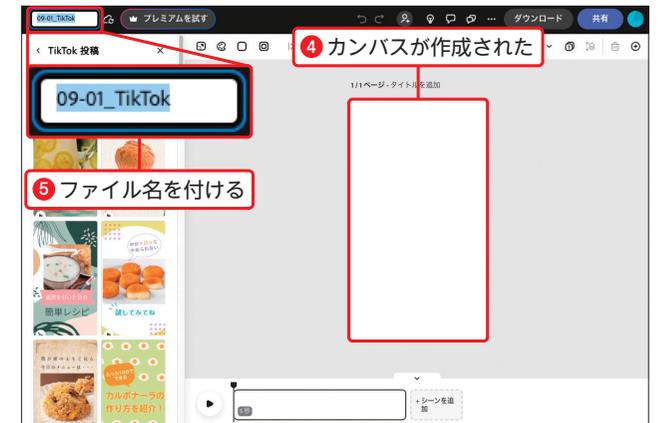
1 Adobe Expressのホーム画面から、「SNS」をクリックし①、「TikTok」のタブをクリック②。「TikTok動画」をクリック③。

TikTokでは以下の動画サイズが推奨されています。

仕様	内容
推奨アスペクト比	9:16
推奨サイズ(解像度)	縦動画: 1080 x 1920px
ファイル形式	MP4またはMOV

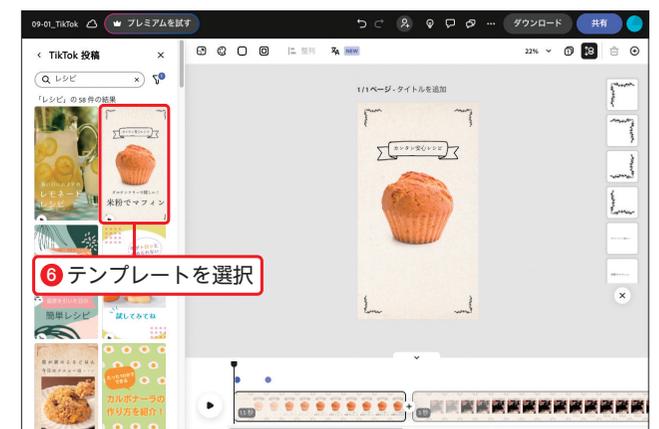


2 1080 x 1920 pxの白紙のキャンバスとタイムラインが作成されます④。ファイル名を入力します⑤。



3 サブメニューからテンプレートを選択します⑥。

▽ (絞り込み) で、有料/無料や、雰囲気などを絞り込むことも可能です。



4 自身で準備した動画を挿入したり、テキストやオブジェクト、音楽などを追加したりして編集を行います⑦。

なお、動画編集については、Chapter 6 (150ページ) なども参考にしてください。

