

目 次

第1章 インスタグラムの概要	1
1-1 インスタグラムとは	1
1-2 インスタグラムの魅力	2
1-3 どんな用途で利用しているのか	2
第2章 インスタグラムの前準備	3
2-1 インスタグラムを使う準備をする	3
1 アプリをインストールする	3
2 利用登録を行う	5
2-2 プロフィール情報を設定する	12
1 プロフィール編集画面の表示	12
2 プロフィール写真の変更	13
3 自己紹介文の変更	16
第3章 写真や動画を見る	17
3-1 ハッシュタグで写真や動画を探す	17
1 ハッシュタグとは	17
2 ハッシュタグで写真や動画を検索する	18
3-2 ユーザー名で写真や動画を検索する	20
第4章 フォローする	22
4-1 フォローとは	22
4-2 任意のユーザーをフォローする	23
4-3 ホーム画面を表示する	26
4-4 フォローした人の一覧を見る	27
4-5 フォローを解除する	28
第5章 写真や動画を投稿する	29
5-1 画像投稿画面を表示する	29
5-2 撮影済みの画像を投稿する（1枚）	30
5-3 撮影済みの画像を投稿する（複数枚）	35
5-4 カメラで撮影して投稿する	36
5-5 動画を撮影して投稿する（リール）	37
5-6 投稿した写真や動画を一覧表示する	44
5-7 投稿を削除する	45

第6章 相手とコミュニケーションをとる	47
6-1 「いいね！」をする	47
6-2 コメントをする	48
6-3 コメントを返信する	49
6-4 フォローを受けた場合	52
1 フォロワーリストの表示	52
2 フォロー返しを行う	53
3 フォロワーリストから削除する	54
第7章 インスタグラムを使いこなす	55
7-1 長方形サイズで投稿する	55
1 縦長・横長で見せたい写真の場合	55
2 長方形サイズで投稿する手順	56
7-2 投稿を種類ごとに分けて保存する	58
1 種類ごとに分けて保存する	58
2 保存した投稿を閲覧する	60
第8章 セキュリティを高める（二段階認証）	63
8-1 「アカウントの乗っ取り」とは	63
8-2 二段階認証を設定する	64

テキストの画面環境

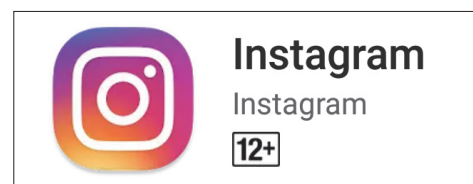
- Pixel 7 Pro (Android 13.0)
- OPPO Reno 5A (Android 12.0)
- OPPO Reno 3A (Android 11.0)

第1章 インスタグラムの概要

本章ではインスタグラムの概要について説明します。

1-1 インスタグラムとは

「**インスタグラム**」(Instagram)は、**写真や動画をネットに投稿**して、友達や他のインスタグラムの利用者と共有するサービスです。



↑ インスタグラムのロゴ

← インスタグラムの画面例



インスタグラムは世界中で 20 億人以上のユーザーがいる人気のサービスです。国内でも 3,300 万人が利用しています。芸能人や企業が宣伝のためにインスタグラムを利用するケースも増えています。

1-2 インスタグラムの魅力

インスタグラムの魅力は**手軽さ**です。

他のサービス（ツイッター、フェイスブックなど）は投稿する際、文章を入力する手間がかかります。

インスタグラムは、**画像を投稿するだけでも良い**ので、あっという間に投稿できます。



また、写真や動画なら言語がわからなくても通じ合えますので、**世界中の人と交流することもできます**。

外国のユーザーがあなたが投稿した写真や動画に「いいね！」と伝えてくれるかも知れません。

1-3 どんな用途で利用しているのか

インスタグラムの楽しみ方は様々です。いくつかの例を紹介します。

- ・ **素敵な写真を閲覧できる**
- ・ **インスタグラムでつながっているリアルの友人の様子を知る**
- ・ **共感を伝える「いいね！」ボタンで投稿者と簡単な交流をする**
- ・ **コメント欄に文字を入力して投稿者と深く交流する**
- ・ **好きな有名人や企業が投稿した写真を見る**
- ・ **今の流行を知る**

これからインスタグラムを使われる方は、ご自分にあった使い方をイメージしながら進めていかれると良いでしょう。



第2章 インスタグラムの前準備

本章ではInstagramを利用開始するまでの手順を行います。

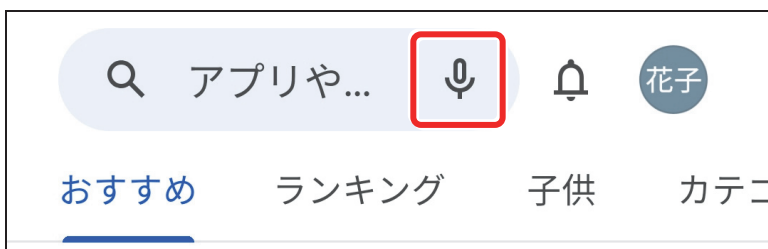
2-1 インスタグラムを使う準備をする

まずは「アプリのインストール」と「利用登録」を行きましょう。

1 アプリをインストールする



- ① ホーム画面を表示します。
- ② [Playストア] をタップします。



- ③ アプリを音声検索するためにマイクをタップします。



- ④ 図のように表示されたら、アプリの名称を端末に向かって発声します。
例：Instagram

第3章 写真や動画を見る

本章では、Instagramに投稿された写真や動画を見ていきます。

3-1 ハッシュタグで写真や動画を探す

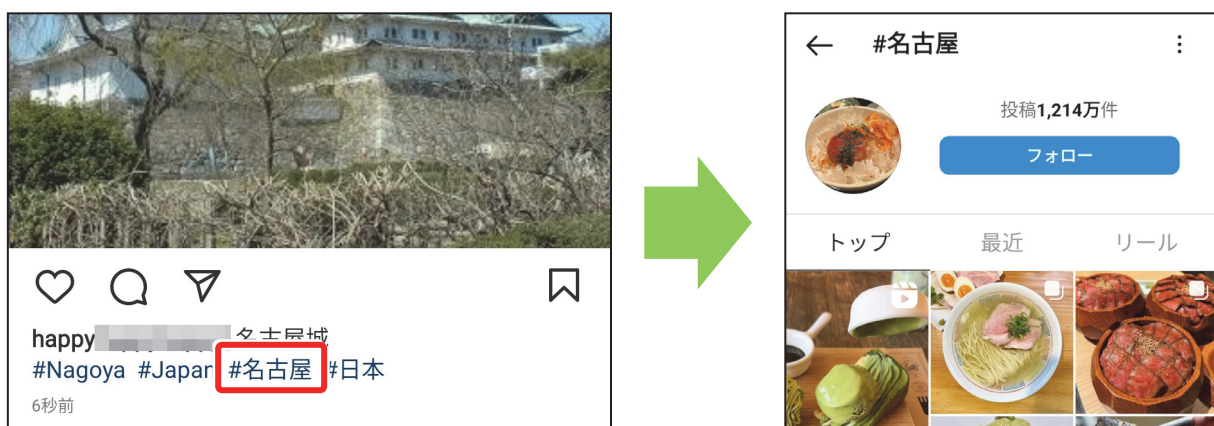
写真や動画を探す 1 つの方法として、ハッシュタグをご紹介します。

1 ハッシュタグとは

「ハッシュタグ」とは、投稿した写真や動画に関するキーワードを、半角の「#」に続けて入力したものです。



ハッシュタグをタップする（下図左側）と、そのハッシュタグが入力されている他の写真や動画が一覧表示されます。（下図右側）

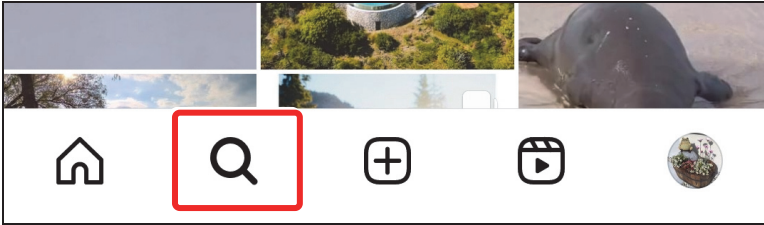


ハッシュタグは必須ではありませんが、ハッシュタグを入力して投稿すると、ハッシュタグを通じて他の人に自分の写真を見てもらいやすくなります。

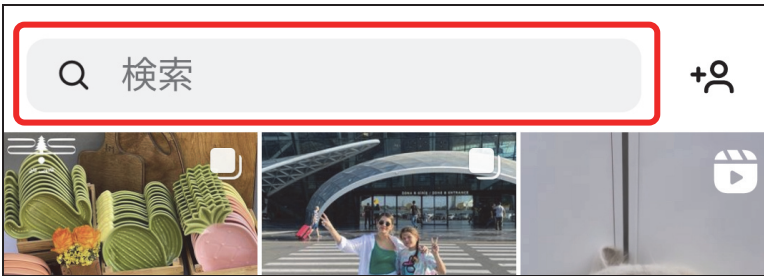
2 ハッシュタグで写真や動画を検索する

ハッシュタグで写真や動画を検索できます。

「ネコ」の写真や動画をハッシュタグで検索してみましょう。



- ① 虫眼鏡のボタン（検索）をタップします。

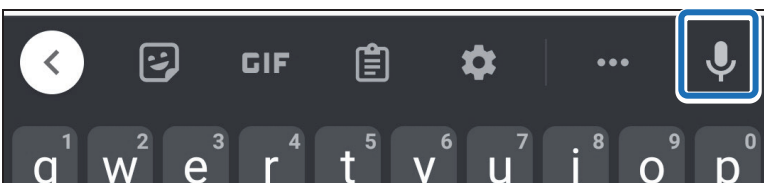


- ② [検索] 欄をタップします。



- ③ 探したいキーワードを入力します。
例：#猫

※ マイクをタップした後、「シャープ」と発声し、一呼吸置いて「猫」と発声すると入力が簡単です。



第4章 フォローする

本章では、任意のユーザーをフォロー（友だち登録）する手順を学びます。

4-1 フォローとは

「フォロー」とは気に入った相手を登録して、その人とつながりを持つことです。



フォローすると、その人が投稿した写真や動画は、自分のインスタグラムのホーム画面に表示されます。

登録する相手は次のケースがあります。

- ・ あなたのリアルの友達
- ・ キレイな写真を次々に投稿するユーザー
- ・ 写真や動画を見て趣味の合いそうなユーザー
- ・ 好きな芸能人や店舗・企業のアカウント

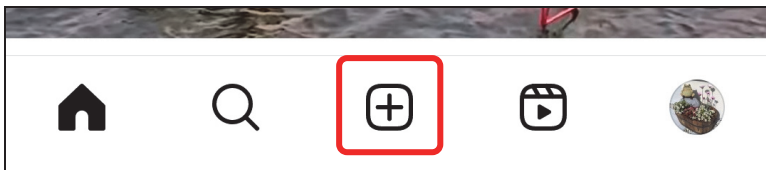
フォローするにはいくつか方法があります。
次項から順に見ていきます。

第5章 写真や動画を投稿する

本章では写真や動画を投稿する手順を学びます。

5-1 画像投稿画面を表示する

画像を投稿する画面を表示しましょう。



- ① 画面下部の＋の箇所をタップします。



- ② 投稿画面が表示されます。画面下部の種別が「投稿」になっていることを確認します。

※ 写真の投稿方法は、青枠の部分も含めて、3種類あります。

第6章 相手とコミュニケーションをとる

本章では「いいね！」やコメントを使って、相手とコミュニケーションをとる手順を学びます。

6-1 「いいね！」をする

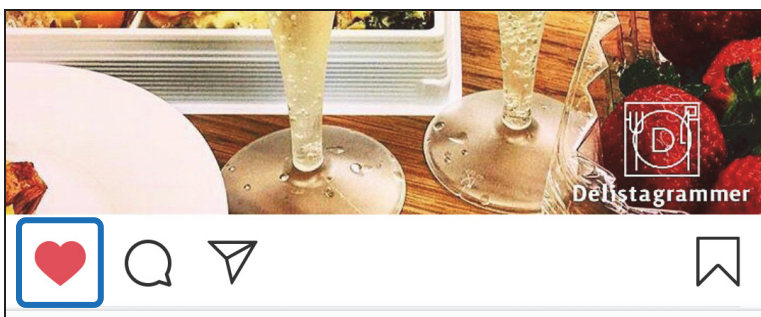
「いいね！」は、その写真や動画を「すてきだね！」と相手に知らせる機能です。気に入った写真を表示して、「いいね！」をしてみましょう。



① 「いいね！」をする
写真・動画を表示します。

② 赤枠の箇所（ハート）を
タップします。

※ 画像内をダブルタップしても、できます。



③ 色が付くと「いいね！」が
された状態です。
これで完了です。

※ 「いいね！」を取り消すには再度タップします。

第7章 インスタグラムを使いこなす

本章では、インスタグラムをもっと使いこなすための操作や機能を紹介します。

7-1 長方形サイズで投稿する

1 縦長・横長で見せたい写真の場合

通常、インスタグラムで投稿した写真や動画は正方形のサイズになります。

ただし、横長や縦長で見せたい写真の場合は、長方形サイズにして投稿することもできます。(下図の赤枠)



次項で、長方形サイズで投稿する手順を紹介します。

※複数枚を投稿する場合は、正方形か長方形で統一しておく必要があります。

第8章 セキュリティを高める（二段階認証）

本章では、他人にアカウントを乗っ取られるのを防ぐために、インスタグラムのセキュリティを高める手順を紹介します。

8-1 「アカウントの乗っ取り」とは

「アカウントの乗っ取り」とは、自分のインスタグラムのアカウントが、悪意を持った人に乗っ取られてしまうことです。

犯人は他人のパスワードを推測してログインを試みます。

ログインできたら、そのアカウントを乗っ取ります。

あれ？勝手に
投稿されてる…!?



ログインできたぞ！
イタズラしてやれ！



インスタグラムには、乗っ取りを防ぐ「二段階認証」という機能があります。一度、手順を行っておけば、乗っ取られる危険性が大きく減ります。

次項で設定してみましよう。

やさしく楽しく学ぶ スマホ講座 インスタグラム

発行日	2017年 4月14日	第1版
改訂日	2017年 5月21日	第2版
改訂日	2017年12月18日	第3版
改訂日	2018年 9月22日	第4版
改訂日	2020年 2月 4日	第5版
改訂日	2021年 4月26日	第6版
改訂日	2022年 7月25日	第7版
改訂日	2023年 5月30日	第8版

編 著 ハッピーテキスト
発行所 ハッピーテキスト
〒492-8253
愛知県稲沢市奥田神ノ木町 21 番地
<https://www.happy-pctext.com>
印刷所 有限会社 テスコ