

Canva  
\\ テンプレ //

スマホで簡単  
インスタ投稿

制作  
ガイドブック



投稿用 + リール用



KIK & LOOK



Canva テンプレート リンク  
ダウンロードボタンから開いてください

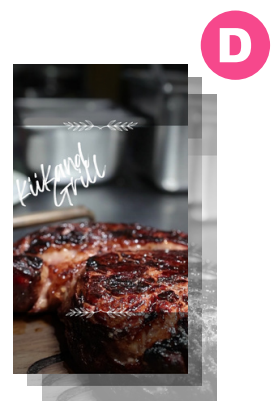
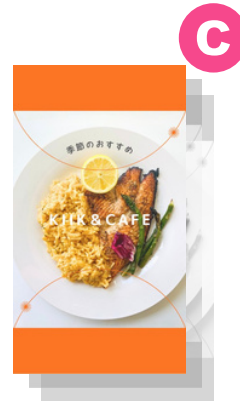
↓ 完成版の見本 閲覧リンク

<b>A</b>	<a href="#">投稿用【A】 閲覧リンク</a>	<b>B</b>	<a href="#">投稿用【B】 閲覧リンク</a>
<b>C</b>	<a href="#">リール用【C】 閲覧リンク</a>	<b>D</b>	<a href="#">リール用【D】 閲覧リンク</a>

# Canvaテンプレートを使って 簡単投稿作成

「写真を差し替え」  
「テキストを書き換える」  
だけでOK！

リンク先にはこちらのファイルが入っています



カルーセル投稿用

リール投稿用

- インスタ投稿【ガイド全3回】と併せて作業してください -

カルーセル投稿用は **A**

リール投稿用は **D**

を使って説明していきます



# 目次

(リンク)

**アカウント作成** [\\_page 05\\_](#)



**テンプレで投稿用制作** [\\_page 06\\_](#)



**ダウンロード(jpg)** [\\_page 15\\_](#)



**テンプレでリール制作** [\\_page 17\\_](#)



**ダウンロード(mp4)** [\\_page 26\\_](#)



**プロフとグリッドを整える** [\\_page 28\\_](#)



**まとめ** [\\_page 30\\_](#)

## 事前に作っておくアカウント

---



Canva : <https://www.canva.com/>

- ※ ブラウザ版でログインしてください。  
『Googleでサインアップ』を選べば  
今お使いのGmailアドレスで管理できます！
- ※ Canvaは常に自動保存してくれます。
- ※ 失敗してもリンクから何度でもDLできます。

## 【カルーセル投稿用制作】

### ----- 全体の流れ -----



- ① Canvaにログインし、テンプレを開く。
- ② 差し替えたい写真を選択。
- ③ 下メニューから [置き換え] をタップ。
- ④ ギャラリーから置き換える写真を選ぶ。
- ⑤ 配置された写真を2本指ピンチで大きさの調整。
- ⑥ 縦横中央の印、ピンクの線に合わせる。
- ⑦ 色を変えたいテキストを選択し [カラー] をタップ。  
パレットから好きな色を選ぶ。
- ⑧ 編集したいテキストを2回タップ。テキスト書換え。
- ⑨ [共有]→[ダウンロード]→[JPG]を選択。
- ⑩ [ダウンロード]ボタンをタップ。

[制作ガイド \[02\] 参照](#)

[目次へ](#)

# A

## ① テンプレートを開き カルーセル投稿用を作成します



# A

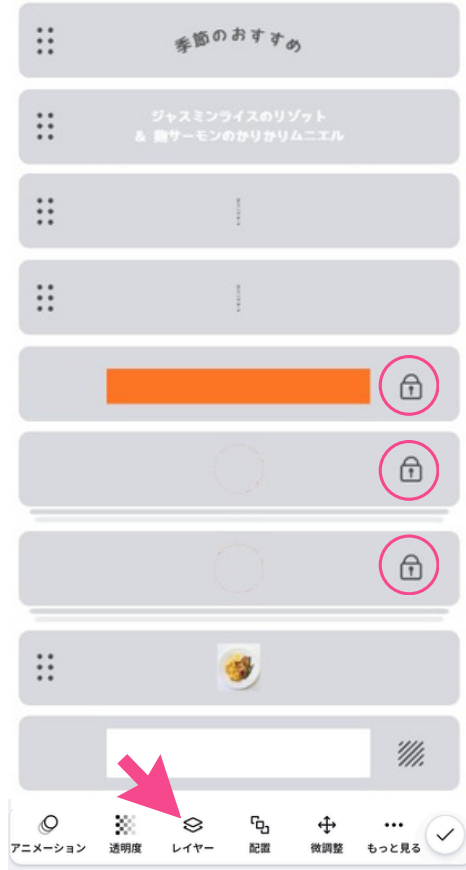
## 作業画面の確認



## レイヤーの確認

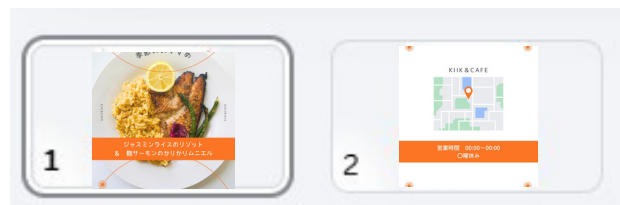
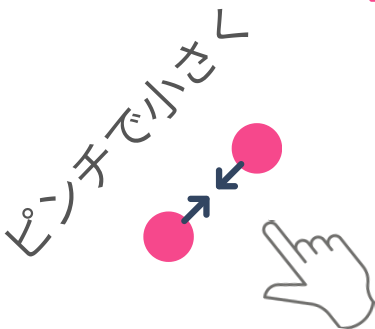


文字、イラスト、背景と  
ひとつひとつレイヤーが  
分かれています



ロック済

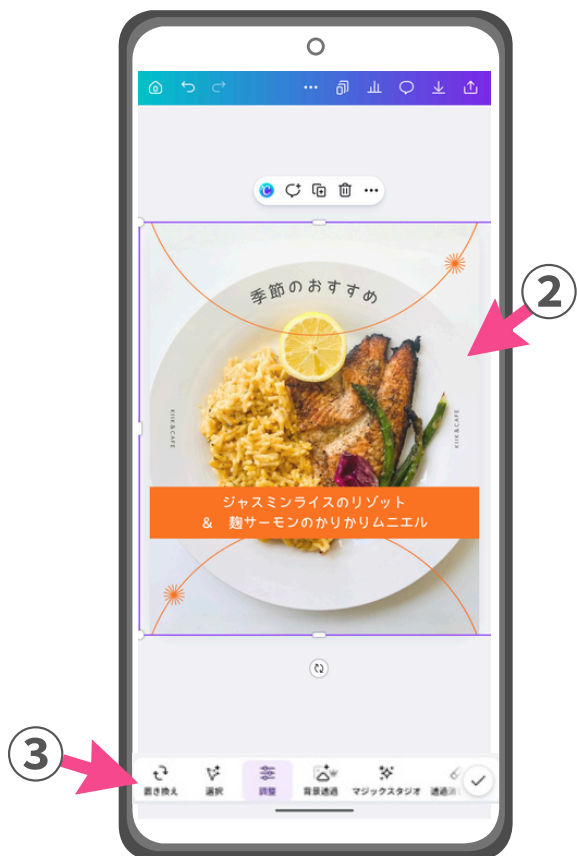
## ページの確認



全2ページ

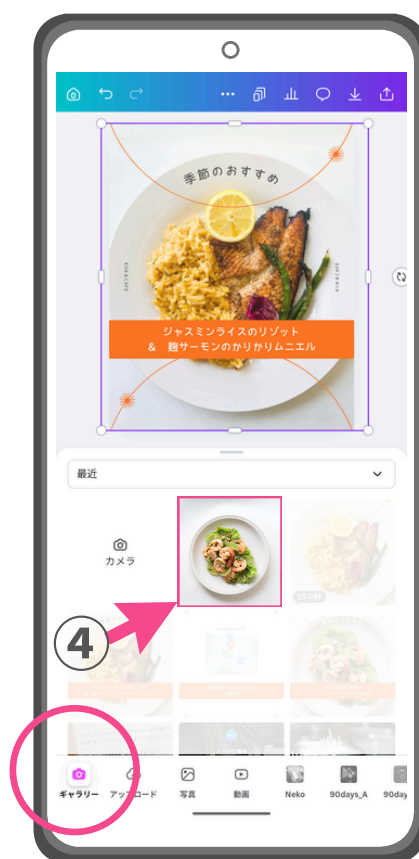
1ページ目がグリッドに表示される[表紙]になります

## 写真の置き換え



- ② 差し替えたい画像  
をタップして選択  
(選択されると紫で囲われます)

- ③ 【置き換え】をタップ



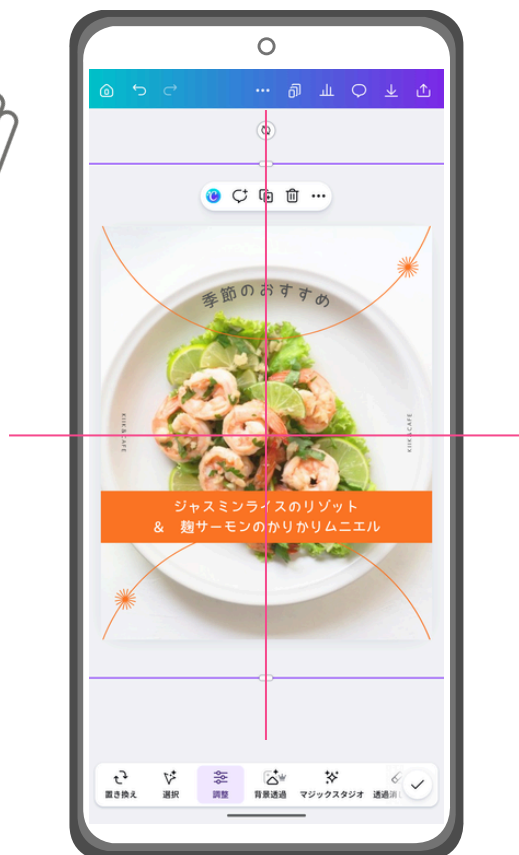
- ④ ギャラリーから置き換える写真を選びます。

## サイズ調整

選択している作業中レイヤーは紫で囲われています



- ⑤ 配置された写真を2本指  
ピンチで大きさを調整



- ⑥ ピンクの線は、レイヤーの  
縦横中央の目印です

# テキストカラーの変更



⑦ 色を変えたいテキストを選択し【カラー】をタップ

パレットから好きな色を選択します

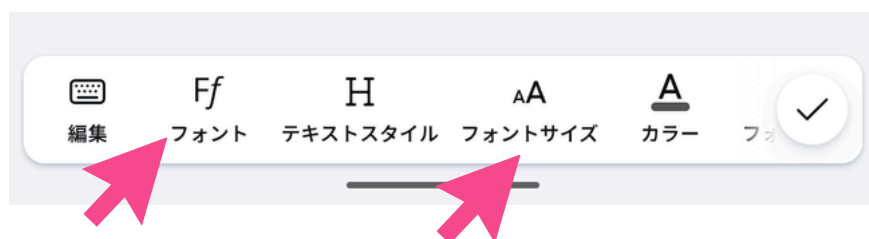


## テキストの編集



- ⑧ 編集したいテキストを [2回タップ]

キーボードが立ち上がったら好きなテキストに書き換えます

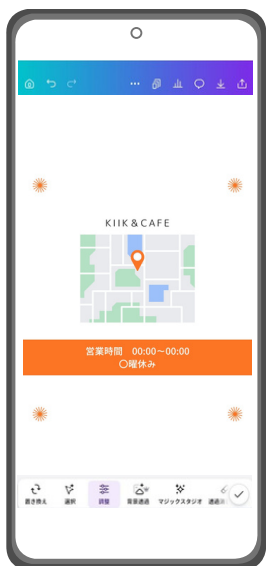


[フォント]を変えることも

[サイズ]を変えることもできます

# A

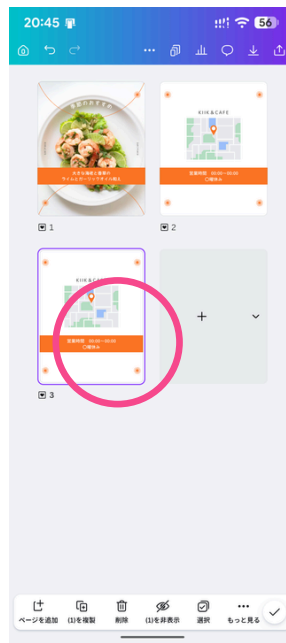
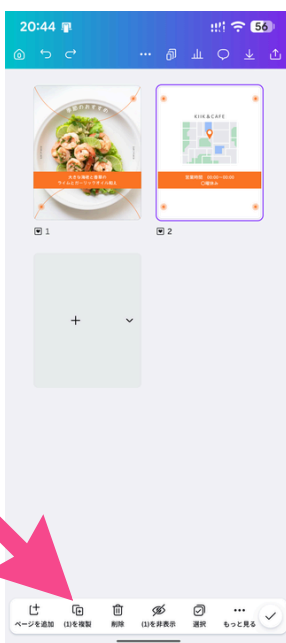
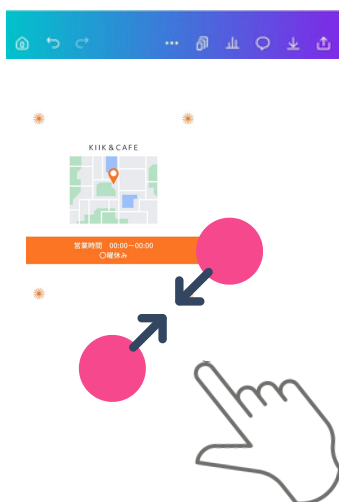
## ページ2の編集



ページ1と同じ様に編集します

## ページを増やすには

画面全体をピンチして小さくします→



→ 【複製】で同じページが増えます

# A

## ！完成！



※ ご自身で編集したものを確認  
& ダウンロードしてください

※ Canva無料版では[有料コンテンツ]が含まれているとダウンロードできません。  
素材を追加する場合、無料のものを選んでください。

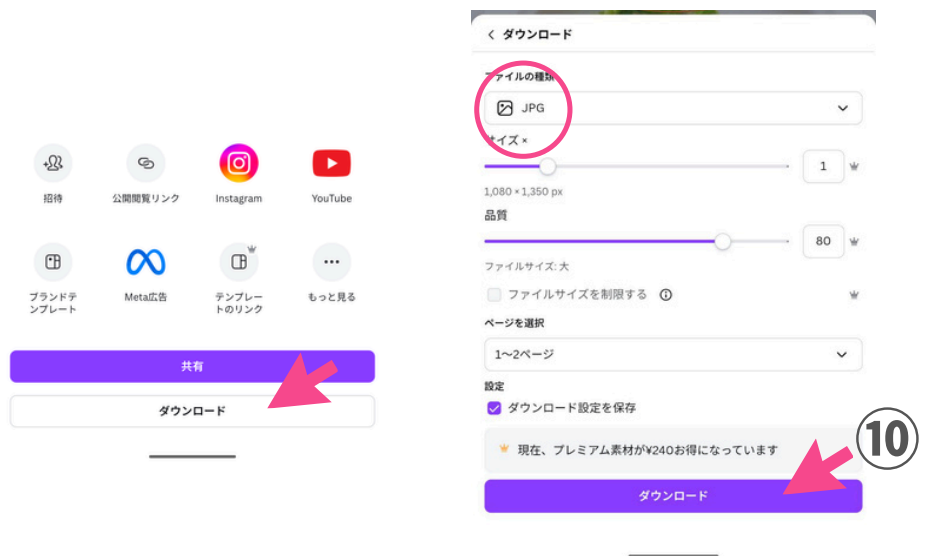


有料アイコン

# ダウンロード

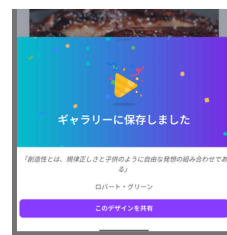
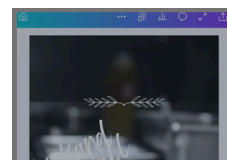
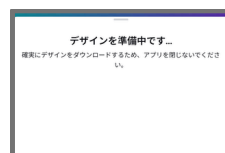


⑨ 【共有】をタップ  
下の【ダウンロード】を選択  
ファイルの種類【JPG】確認



⑩ 【ダウンロード】をタップ

ダウンロードが始まり→ギャラリーに保存されます



ギャラリーに保存された動画を  
インスタから投稿して完了！



お疲れ様でした！



→ 次は「リール投稿用編」です

## 【リール投稿用作成】

### ----- 全体の流れ -----



- ① ログインして、テンプレートを開く。
- ② 撮っておいた動画を確認。
- ③ 下メニューから[アップロード]をタップ。
- ④ ギャラリーが立ち上がるので、動画を選ぶ。
- ⑤ 配置された動画を2本指ピンチでサイズ調整。
- ⑥ [レイヤー]で、動画をいちばん下まで移動。
- ⑦ タイムラインで動画の長さを合わせる。
- ⑧ 次のページも同じ様に編集。

テキストも、【ガイド02】と同じ様に編集。

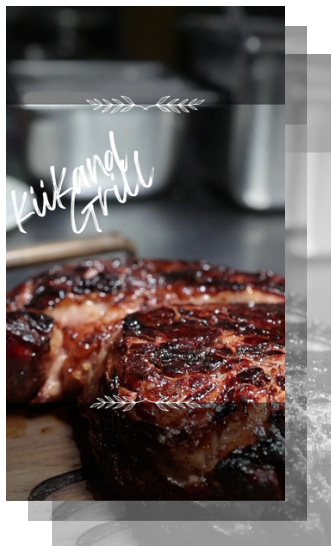
- ⑨ [共有]→[ダウンロード]→[mp 4]確認。
- ⑩ [ダウンロード]ボタンをタップ。

[制作ガイド \[03\] 参照](#)

[目次へ](#)

# D

## ① テンプレートを開き リール投稿用を作成します



## 作業画面の確認

【戻る】

【共有】



【アップロード】



【レイヤー】

【OK】

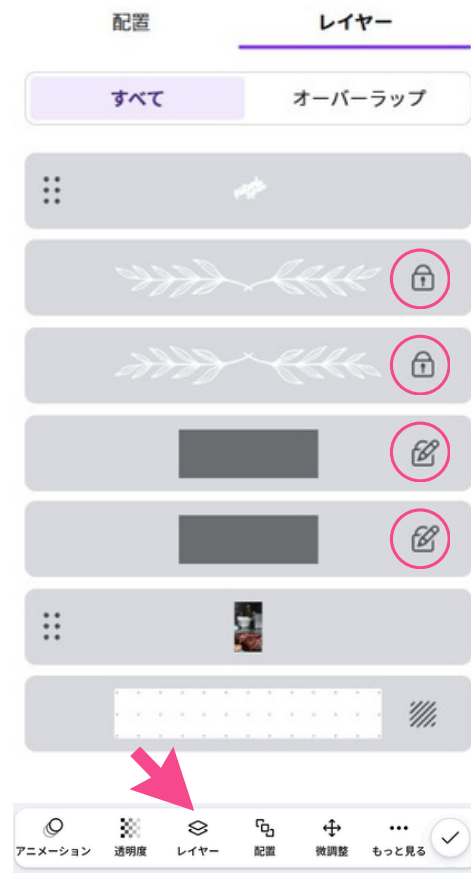




## レイヤーの確認



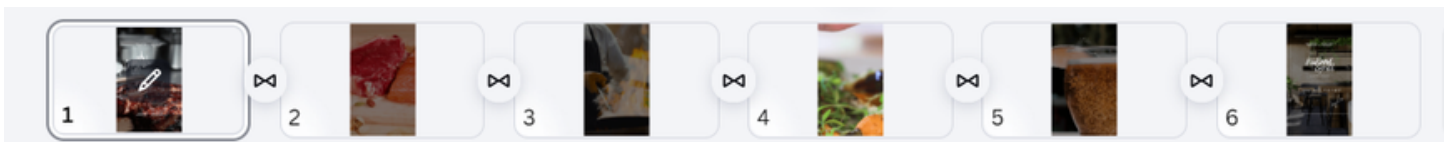
文字、イラスト、背景と  
ひとつひとつレイヤーが  
分かれています



ロック済

## ページの確認

全6ページ | 27秒



不要なページは削除(ゴミ箱アイコン)してください。

※リールの表紙は 投稿時[カバーを編集]で調整します。

# 動画をアップロード

② ご自身で撮った動画を確認  
(長さや明度などCanvaで編集可能)



(何も選択していない状態で)

③ 下メニューから  
【アップロード】をタップ



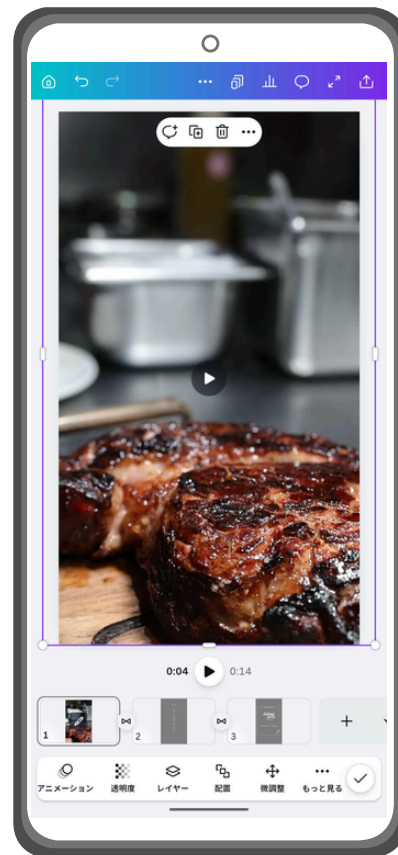
④ ギャラリーから動画を選択



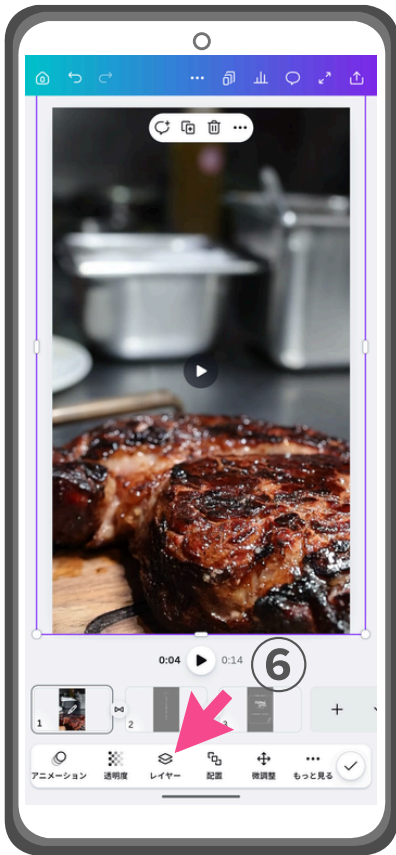
## サイズと位置の調整



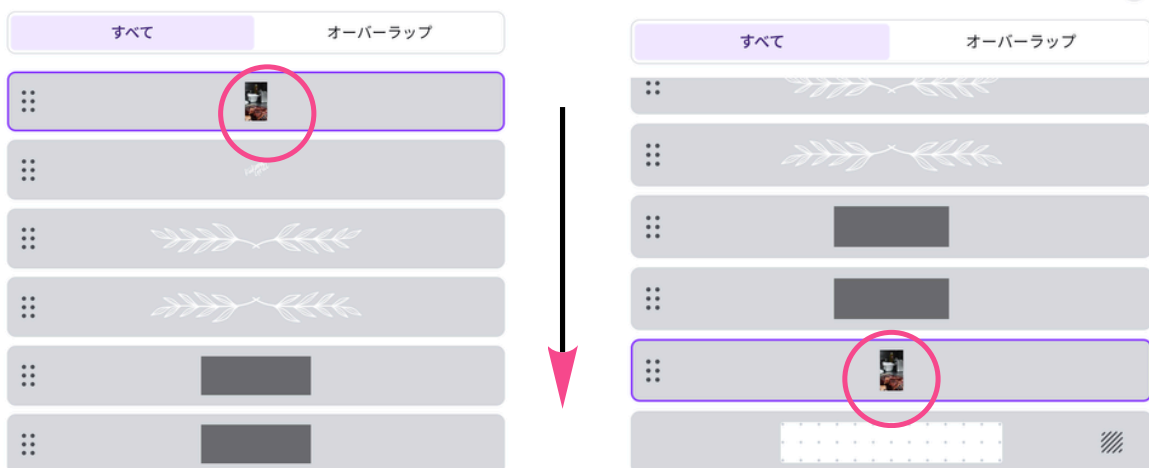
- ⑤ 配置された動画を2本指  
ピンチでサイズ調整



# レイヤーの位置を変更

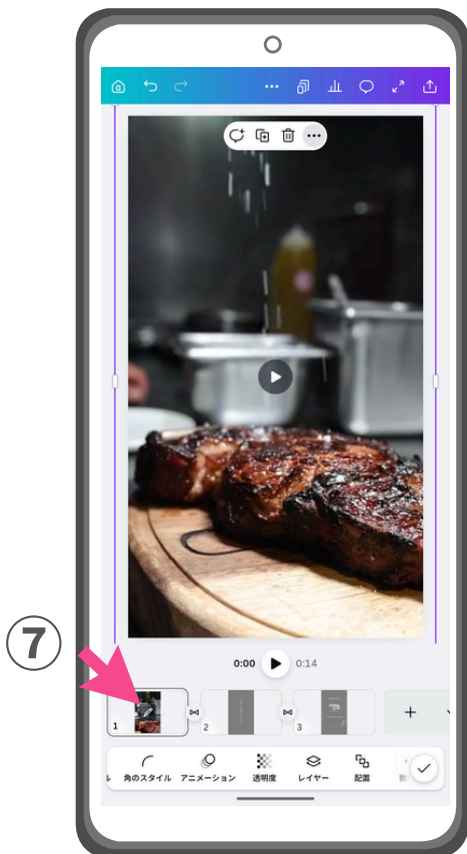


⑥ 下メニュー  
【レイヤー】をタップ



動画を [長押し] して掴み  
一番下までドラッグして移動

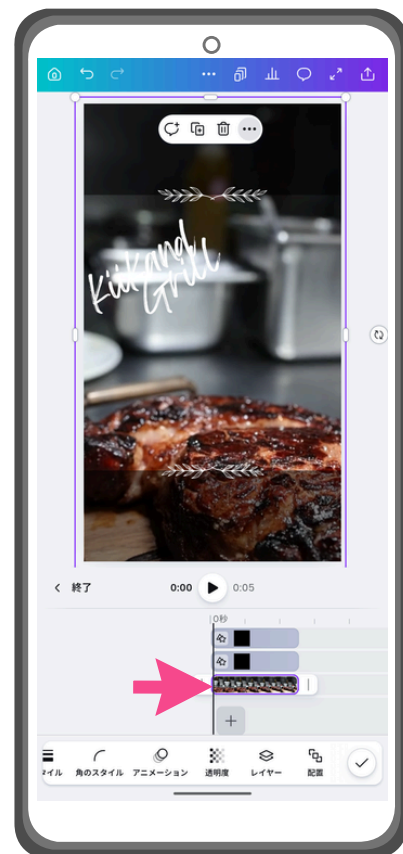
## 動画の長さを調整



### ⑦ 鉛筆アイコンをタップ

ページの中身を編集します

タイムラインで  
動画の長さを調整

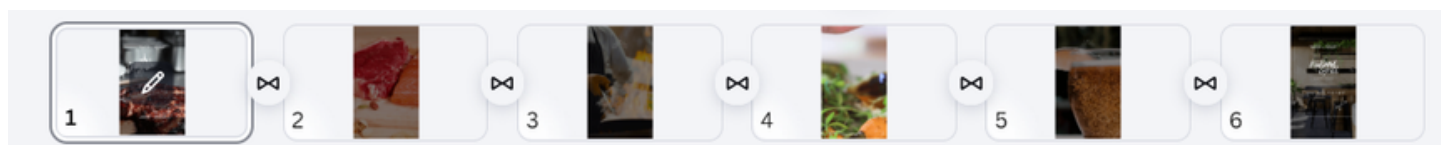



ページのレイヤーごとに長さの調整ができます

## 2ページ目以降の編集



⑧ ページ1と同様に  
編集していきます

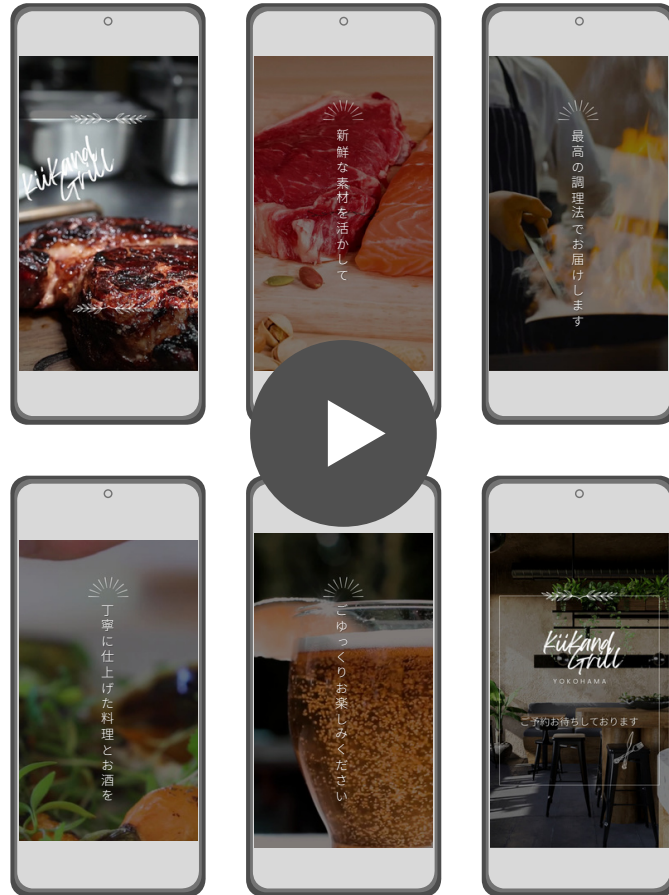


※ 2～6ページには、白文字を読みやすくするため  
動画の上に黒いレイヤーが敷いてあります。  
不要なら削除 (ゴミ箱  )してください。



**！完成！**

再生して確認しましょう



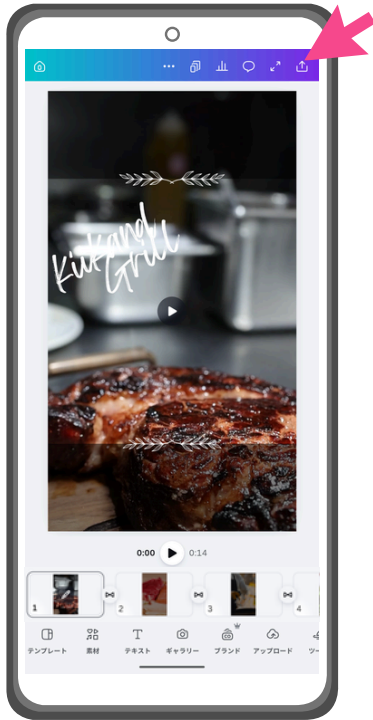
**※ ご自身で編集したものを再生して  
確認&ダウンロードしてください**

※ Canva無料版では[有料コンテンツ]が含まれているとダウンロードできません。  
素材を追加する場合、無料のものを選んでください。



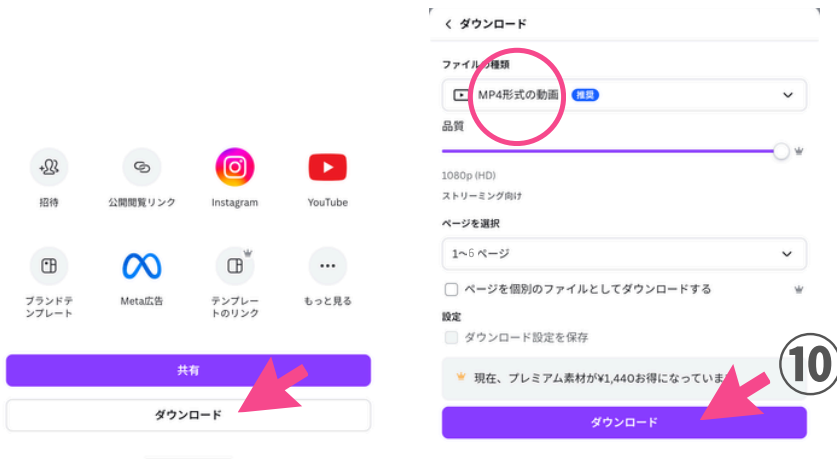
有料アイコン

# ダウンロード



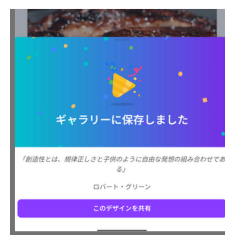
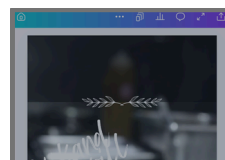
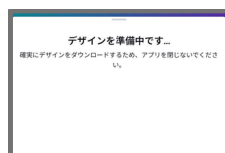
⑨ 【共有】をタップ

下の【ダウンロード】を選択  
ファイルの種類【MP4】確認



⑩ 【ダウンロード】をタップ

ダウンロードが始まり→ギャラリーに保存されます



ギャラリーに保存された動画を  
インスタから投稿して完了！



お疲れ様でした！





## プロフィールを整える

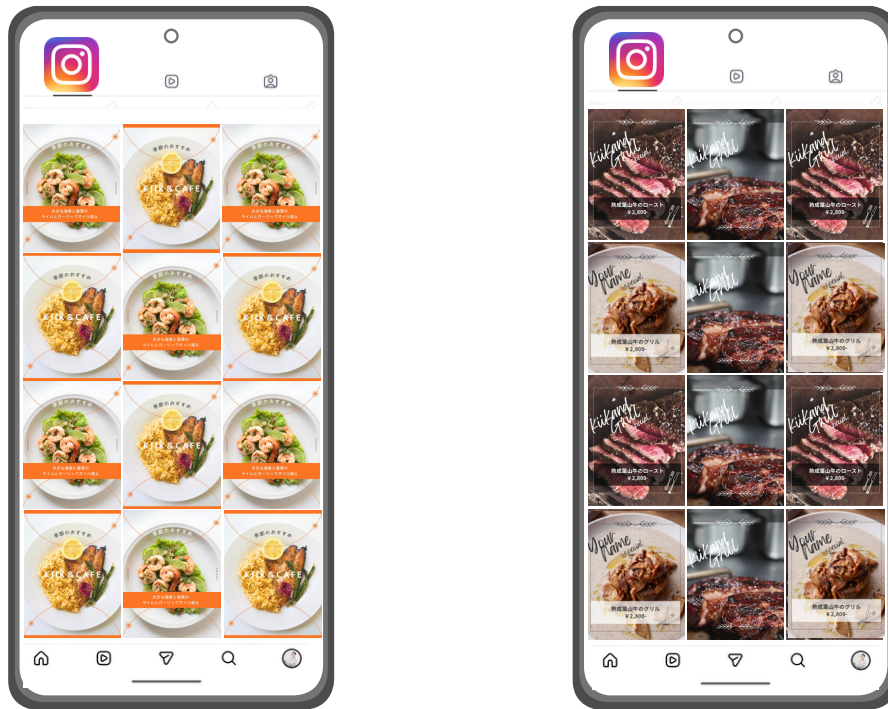
---

- **名前**（+職業、何をしているひとか）
- **自己紹介文**（場所と目的を明確に）
- **アイコン**（誰が運営しているか）
- **リンク**（HPなどの案内）
- **ハイライト**（場所や時間、メニューなど）
- **ハイライトカバー**（アイコンを揃える）

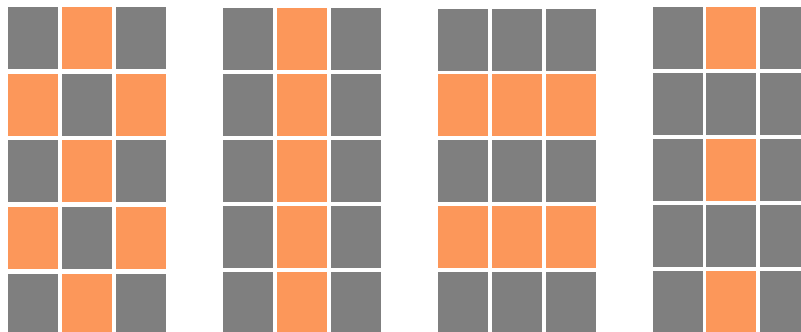
制作ガイド [01] 参照

# グリッド表示のアイデア

## プロフィール画面のグリッド一覧例



テンプレを定期的に投稿することで  
美しいグリッドを作ることができます。



※ リールの表紙は インスタ投稿時  
「カバーを編集」で合わせます

## - テンプレ投稿制作 -

### まとめ

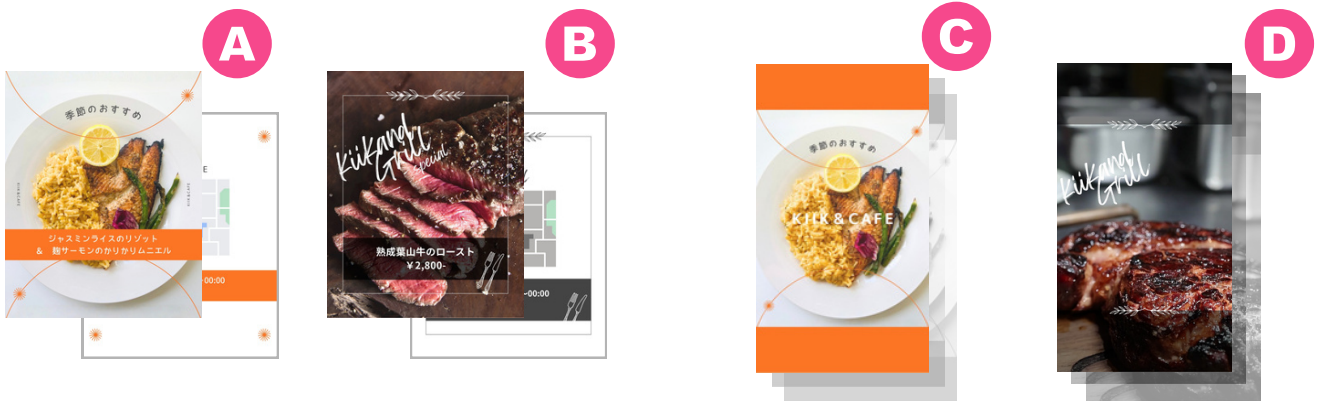


- Canvaにログインし、テンプレを開く。
- レイヤーとページを確認。
- 写真や動画をアップロードして配置。
- 写真や動画をピンチしてサイズ調整。
- 動画の場合は[鉛筆アイコン]→タイムラインで長さ調整。
- 配置した写真や動画をレイヤーの下へドラッグ。
- テキストの色を変えるには、[カラー]パレット。
- テキストを編集するには2回タップ。テキスト書換え。
- ダウンロードしたものをインスタから投稿で完了！

[目次へ](#)

いかがでしたでしょうか？

Canvaのテンプレートを使えば  
一貫した世界観を崩すことなく、  
画像やテキストの差し替えだけで  
スマホでも簡単に編集できます。



使い方や説明で不明な点があればお答えします。  
インスタグラムDMからお問い合わせください。

オリジナルテンプレート制作も受付中！



最後に…

今回の企画は、お客様から寄せられた 「無料で簡単なら、自分でもやってみたい」という一言がきっかけでした。

デザインは、決して魔法ではありません。

「伝えたい」という店主さんの真っ直ぐな想いを、形にするためのお手伝いをさせてください。

もし途中で迷うことがあれば、いつでもDMで話しかけてくださいね。あなたが作る「最高の一枚」に出会えるのを、心から楽しみにしています！

