

写真はある。
宣伝はAIに。

AI宣伝しとけ

取扱説明書

準備・無料体験・Instagram連携・支払い・解約・投稿操作

最初に確認

ご利用にはInstagramのプロアカウント（ビジネスまたはクリエイター）が必要です。

この取扱説明書の流れ

01	準備	Instagramプロアカウントを確認
02	無料体験	最初は必ず7日間の無料体験から
03	Instagram連携	アプリのログインとMetaのWeb連携を区別
04	支払い	Stripeでライトプランを申し込む
05	解約	解約手順と完了の見分け方
06	使い方	写真からInstagram公開まで
07	処理中の注意	初回が遅いときの正しい待ち方
08	よくある質問	迷いやすい点を短く確認
09	ホーム画面に追加	PWAとしてアイコンを追加

Web版とPDF版は同じ手順です。画面表示は各サービスの仕様変更により
多少異なる場合があります。

Instagramの プロアカウントを準備

AI宣伝しとけでInstagramへ投稿するには、個人用アカウントではなく、ビジネスまたはクリエイターのプロアカウントが必要です。個人用アカウントから無料で切り替えられます。

始める前のチェック

- ☐ Instagramのユーザーネーム
- ☐ Instagram側のログイン情報
- ☐ 連携したいアカウントが正しいこと
- ☐ 安定した通信環境

大切な区別

AI宣伝しとけへ入るためのログインと、Instagramを紐付けるためのログインは別です。次の章から順番に説明します。

02

スタートは必ず、 7日間の無料体験から

01

無料体験を始める

名前、メールアドレス、8文字以上のパスワードを登録します。無料体験開始時のクレジットカード登録は不要です。

02

アプリへログイン

Google、または登録したメールアドレスとパスワードでログインします。

03

開始表示を確認

ダッシュボードに「7日間の無料体験を開始しました」と表示されれば完了です。無料体験ではAI文章生成を10回まで利用できます。

ここで使う情報： AI宣伝しとけのログイン情報です。Instagram側の情報ではありません。

03

MetaのWeb画面で Instagramを連携

Instagramアプリでログイン済みでも、連携は完了していません。

「Instagramと連携」を押し、ブラウザで開くMetaのWeb画面で許可してください。

入力するのは、紐付けたいInstagram側のログイン情報です。

01

ダッシュボードで「Instagramと連携」

連携先アカウント欄から進みます。

02

MetaのWeb画面でアカウントを確認

表示中のアカウントでよければ「許可」を押します。

03

別のアカウントなら切り替える

右上の「…」から「アカウントを切り替える」を選びます。

…ここを押すとアカウント
切り替えできる。



アカウントを切り替える

Instagram

AI宣伝しとけ-IGはあなたのInstagramアカウントにすでにリンクされています。

rain_ai_projectについての情報をAI宣伝しとけ-IGに引き続き共有しますか？

許可すると、AI宣伝しとけ-IGはあなたが共有する情報に継続的にアクセスできるようになり、InstagramはAI宣伝しとけ-IGがその情報にアクセスした日時を記録します。この共有と設定可能な項目について、詳しくはこちら。

AI宣伝しとけ-IGのプライバシーポリシーおよび利用規約。

許可

キャンセル

別アカウントを使う場合：右上の「…」→「アカウントを切り替える」

表示されたユーザーネームを必ず確認してから許可してください。

連携完了を確認

AI宣伝しとけへ戻り、Instagram連携欄に正しいユーザーネームと「連携済み」が表示されていれば完了です。

01 Instagram連携

投稿先アカウント



@rain_ai_project

Instagramプロアカウント

● 連携済み

[連携を解除](#)

個人名や契約情報を除き、Instagram連携欄のみ掲載

違うアカウントが表示された場合は、そのまま投稿せず、連携を解除して正しいアカウントでやり直してください。

無料体験後の 支払い方法

継続利用する場合は、契約画面からライトプランを申し込みます。画面に表示される残り無料日数を確認してください。その後は月額1,000円、Instagram投稿は月10回までです。

AI宣伝しとけ ライトプラン を試す

6日間無料

その後、¥1,000/月、2026年8月23日以降

Instagram投稿 月10回まで



または

Stripe Checkout：プラン、無料期間、Apple Pay・Linkを確認

緑色の「Link」とは

以前Linkを利用したことがある方が、保存済みの支払い情報で簡単に決済する仕組みです。利用しない場合は「カード」を選択してください。

契約完了後の確認



「契約が完了しました」と現在のプランが表示されます

今後のプラン確認、カード変更、解約は「契約内容の確認・変更・解約」から行います。

CANCEL

05

解約方法を しっかり確認

安心ポイント：解約予約しても、表示された契約終了日までは利用できます。

01

契約・お支払いを開く

ダッシュボードの「契約内容の確認・解約」から管理画面へ進みます。

02

「サブスクをキャンセル」

Stripeの画面で終了予定日を確認して押します。

現在のサブスクリプション

無料トライアルは 08/23 に終了します ⓘ

AI宣伝しとけ ライトプラ
ン

1 カ月ごとに ¥1,000

無料トライアル期間が
2026年8月23日 に終了した後、この
サービスは自動的に継続します。

カード情報・氏名・メールアドレスは掲載していません

サブスクリプションを更新

サブスクをキャンセル

理由を選び、 最終確認へ

Billing > キャンセル

キャンセルを確定する

サブスクリプションをキャンセル

選択したサブスクリプション

🔗 AI宣伝しとけ ライトプラン・¥1,000 / 月

辞める理由を教えてください

Reason

オプションを選択してください

戻る キャンセルを続ける

Powered by stripe
規約 プライバシー

理由を選択して「キャンセルを続ける」

次の画面で、解約しても利用できる終了日を確認します。青い「サブスクリプションをキャンセル」を押すと解約予約が確定します。

キャンセルを確定する

AI宣伝しとけ ライトプラン

1 か月ごとに ¥1,000

このサブスクリプションをキャンセルしても、契約期間が終了する 2026年8月23日 までは引き続きご利用になれます。

サブスクリプションをキャンセル

戻る

Powered by **stripe**

[規約](#) [プライバシー](#)

最終確認：利用できる終了日を読んでから確定

解約完了の 見分け方

サブスクリプションを更新

サブスクを続ける

「サブスクを続ける」に変われば解約予約完了

「サブスクをキャンセル」が「サブスクを続ける」に変われば、解約予約は完了です。
「サブスクを続ける」は解約を取り消すボタンです。解約したままにする場合は押さないでください。

アカウント自体の削除は、サブスクリプションの解約とは別です。データを削除する場合は、先に月額プランを解約してからデータ削除画面へ進んでください。

撮影から投稿までの 実際の操作

このアプリの中心は「撮って、すぐ投稿」です。撮影済みの写真も使えます。

01 「新しい投稿をつくる」を開き、投稿先のアカウントを確認します。

初回だけ業種を選ぶ

自分のお店や仕事に最も近い業種を選びます。後から変更できます。



初回設定：業種を選択

写真を撮る／選ぶ

「写真を追加」からカメラを起動してその場で撮影するか、
端末に保存済みの写真を選びます。最大5枚まで追加できます。

01 写真を選ぶ1 / 5

+

写真を追加

JPEG・PNG・WebP / 最大5枚



02 投稿内容を決める0 / 2,200

あなたの投稿

これは何の投稿？

✓ 本日のおすすめ

新メニュー

限定メニュー

推しのメニュー

お知らせ

AIは画像（1枚目）の写真を自動で読み取ります。2枚目はInstagram風に投稿されます。 写真書体：自動で読み取ります。

AI 写真から投稿文を作る

AIは画像（1枚目）の写真を自動で読み取ります。2枚目はInstagram風に投稿されます。 写真書体：自動で読み取ります。

書き方のヒント 写真の見たところ → お知らせ → ハッシュタグの種にする伝わりやすくなります。

投稿内容を確認する →

写真を追加し、投稿の種類を選択

AIが投稿文と ハッシュタグを生成

写真と投稿の種類をもとに、AIが投稿文とハッシュタグを生成します。
生成後の文章は、公開前に自由に修正できます。

+

写真を追加

JPEG・PNG・WebP / 最大5枚



投稿内容を決める

100 / 2,200

あなたの投稿

飲食店・食事

これは何の投稿？

本日のおすすめ

じんわり温かい鍋の照り焼きと彩り豊かな野菜で、ほっとひと息。冷たいお茶と一緒にどうぞ🍵

#本日のおすすめ #照り焼きチキン #彩り野菜 #ランチタイム #ほっとひと息 #カフェごはん #温かい食事

AI

写真から投稿文を作る

AIは画像（1枚目）の写真を読み取ります。2枚目以降はInstagramには投稿されず、AI文章生成（自動生成なし）

書き方のヒント

写真の見たこと → お知らせ → ハッシュタグの順にすると伝わりやすくなります。

投稿内容を確認する →

この画面ではまだInstagramに公開されません。

生成された投稿文とハッシュタグを確認・編集

Instagramへ 公開する前の確認

写真、本文、ハッシュタグ、投稿先のInstagramアカウントを確認します。

ホームへ戻る



じんわり温かい湯の卵と彩り豊かな野菜で、ほっとひと息。冷たいお茶と一緒にどうぞ🍵
#本日のおすすめ #雨り鶏チキン #雨り野菜 #ランチタイム #ほっとひと息 #カフェごはん #温かい食事

FINAL CHECK

数秒後 本文の表示

この内容で
公開しますか？

「公開する」を押すと、連携中のInstagramアカウントへ実際に投稿されます。

Instagramへ公開する →

内容を修正する

「Instagramへ公開する」を押す直前の最終確認

このボタンは実際の投稿です。

「Instagramへ公開する」を押すと、連携中のInstagramアカウントへ実際に投稿されます。確認後に1回だけ押してください。

初回は処理に 時間がかかることがあります

反応が遅く見えても、ボタンを連打しないでください。

AI文章生成中

同じボタンを続けて押さず、そのまま待ちます。ページを戻る・閉じる・再読み込みする操作は避けてください。

Instagram公開中

完了表示が出るまで待ちます。処理中にInstagramから同じ内容を手動投稿すると、重複する可能性があります。

初回は連携確認や準備処理が行われるため、普段より時間がかかる場合があります。

よくある迷い

Q. Instagramの個人用アカウントでも使えますか？

A. そのままでは利用できません。ビジネスまたはクリエイターのプロアカウントへ切り替えてください。

Q. Metaの画面で何の情報を入力しますか？

A. AI宣伝しとけの情報ではなく、連携したいInstagram側のログイン情報です。

Q. 別のInstagramアカウントに切り替えたいです。

A. MetaのWeb画面右上にある「…」から「アカウントを切り替える」を選びます。

Q. 解約できたか分かりません。

A. ボタンが「サブスクを続ける」に変わり、終了日が表示されていれば解約予約は完了です。

Q. 公開ボタンを押すと実際に投稿されますか？

A.

はい。写真・文章・ハッシュタグ・投稿先を確認してから1回だけ押し、完了まで待ってください。

アプリを開く：<https://ai-senden.rainaiproject.com/>

ホーム画面へ追加して アプリのように開く

PWA（ホーム画面に追加）なら、App Storeを使わずホーム画面のアイコンから起動できます。

1. 右上の共有ボタン

2. ホーム画面に追加

3. アイコンが出れば完了



Google Chrome

AI 宣伝しとけを開く → 共有ボタン → 「ホーム画面に追加」

Safari

Safariで開く → 共有ボタン → 「ホーム画面に追加」 → 「追加」