

動画解説まとめ 31 / SNS・発信

ManusとInstagramをつなぐ 調査・制作・投稿ガイド

インコの情報発信を例に、Manusとの連携、競合の調査、5日分の投稿計画、画像制作、修正、ストーリー公開までを実演に沿ってまとめました。

この動画の要点

ManusのInstagram連携を使い、調査からコンテンツの制作・投稿まで進める実演のまとめです。インコについて発信するアカウントを題材に、競合5件の特徴を調べ、リール3本とフィード2本の計画を作り、その中の画像をストーリーへ展開しています。競合の実績だけでなく背景を見ること、生成情報や文字を確認して直すこと、公開前にプレビューを見ることを含め、AIと運用を進める流れを整理しました。

01 Instagramとの連携後、調査・分析・制作・投稿を一つの流れとして扱う。

02 競合は数字だけでなく、資格・経験・発信者の背景まで見て参考にする。

03 先に投稿計画を作り、その中の一本を画像や動画へ仕上げる。

04 生成した画像の内容と文字を確認し、必要な修正をしてから公開する。

05 使える量と仕上がりを試してから、クレジットや費用を判断する。

資料の使い方

動画の要点を読み返し、紹介した手順を実践するときにお使いください。本文の時刻を押すと、元動画の該当箇所を開けます。

元動画：【インスタ運用を自動化！？】ChatGPT超え！？無料で使えるAIエージェントManusとInstagramを連携してAI副業でお金を稼ぐ方法を超初心者向け徹底解説【マナス】

https://www.youtube.com/watch?v=Ujla7_0oe8U

自動化する工程を整理してから使う

動画の該当箇所 6:54 / タップして開く

動画では、Instagramコネクターでできることを、競合調査、自分のアカウントの分析、コンテンツの生成と投稿、広告の分析という四つに分けています。今回、具体的に実演される中心は競合調査から投稿までです。広告に関する連携は紹介にとどまり、詳しい運用手順は扱っていません。

あべさんが特に価値を感じているのは、自分の投稿データをもとに改善案を考えやすくなる点です。計画・実行・評価・改善のうち、計画や評価、改善案づくりへAIを使う考え方を説明しています。投稿を作るだけでなく、どの内容が届き、どれが届かなかったかを次へつなげるための活用です。

競合の公開情報と、自分のアカウントに連携して見る数値は別のものです。動画では、競合の投稿頻度や反応の傾向、自分側のリーチなどを材料にする説明があります。AIがレポートを作ったというだけで判断を終えず、どの情報を根拠にしているかを見ながら使います。

- ・ 競合調査：同じテーマで活動する人の投稿や特徴を知る。
- ・ 自分の分析：投稿の結果を見て、次に変える点を考える。
- ・ 制作と投稿：計画から画像・文章を作り、確認して公開する。

InstagramアカウントをManusへ接続する

動画の該当箇所 13:00 / タップして開く

まずManusへログインし、アプリの接続欄からInstagramを選びます。「接続」を押すとInstagram側の画面へ移るので、対象アカウントと案内を確認しながら連携を進めます。動画は、既にInstagramアカウントを持っている状態からの実演です。

プロアカウントへ切り替えていない場合は、その設定を求められると説明されています。今回の動画では、クリエイターかビジネスの選択では基本的にビジネスを選び、発信するジャンルに合うカテゴリーを設定する方針です。選択肢や必要条件は利用時の画面で確認します。

連携は作業の入口であり、発信テーマを決める代わりにはなりません。あべさんは、自分がどんなジャンルを運用する予定かを考えてカテゴリーを選ぶよう勧めています。接続した後にどのアカウントへ投稿するのも、制作前に把握しておきます。

- ・ 準備するもの：ManusとInstagramのアカウント。
- ・ 接続時に確認するもの：対象アカウント、許可内容、プロアカウントの設定。
- ・ 連携後に決めるもの：発信テーマと、最初に試す投稿。

競合の数字と、伸びている背景を調べる

動画の該当箇所 17:25 / タップして開く

実演のテーマはインコの飼い方や魅力です。Manusへ、インコのお悩み解決・コツを発信する人気アカウントを5件調べ、それぞれのフォロワー数、投稿頻度、ハッシュタグ、反応の高い投稿の特徴、全体のトーンや世界観をまとめるよう頼みます。単に「競合を調べて」ではなく、何を比較したいかまで指定した依頼です。

調査中の動作を開くと、Manusがページを見ながら情報を集める様子を確認できました。完成したレポートには、アカウントごとの数値だけでなく、運営者の背景や特徴も含まれています。動画では、その背景が参考先を選ぶ判断材料になると説明しています。

例として資格や事業経験を持つ発信者が挙げられます。その人が信頼される理由に専門的な背景があるなら、同じ投稿の見た目だけをまねても同じ反応になるとは限りません。自分が持つ経験との違いを理解し、何なら取り入れられるかを考えるための調査です。

- ・ 調べる対象を、ジャンルと投稿の目的まで絞る。
- ・ 比較する項目を指定し、一覧と各アカウントの特徴を受け取る。
- ・ 数字の大きさだけでなく、発信者の資格・経験・立場を確認する。

調査を5日分の計画に変え、一枚の投稿を作る

動画の該当箇所 20:34 / タップして開く

次の依頼は、競合分析を踏まえて、インコの飼い方や魅力を発信する来週5日分のコンテンツカレンダーを作ることです。実演ではリール3本、フィード投稿2本に分け、各投稿へタイトル、形式、ハッシュタグ、キャプション案を付けるよう指定しています。調査で終わらず、いつ何を投稿するかへ変換する段階です。

作られた計画の中から、インコへ与えてはいけない食べ物を扱うフィード画像を一つ選び、サンプルを作るよう依頼しました。テーマと形式が既に決まっているため、画像の制作まで進みやすくなっています。完成画像は、知識を持つ人へ見せて内容を確認める流れも紹介されています。

ここで扱う内容は動物の健康に関わるため、あべさんもAIの出力は100%正しいわけではないと述べています。自分がある程度詳しいテーマで発信するか、詳しい人に確認するという考え方です。本資料では食べ物の一覧自体を飼育上の判断表として再掲せず、情報を確認して公開する制作手順を残しています。

- ・ 調査結果→5日分の企画→一本の画像、という順に具体化する。
- ・ 画像と一緒に、投稿文やタグの案も準備する。
- ・ 見る人の行動に影響する情報は、公開前に内容を確認める。

形式と文字を直し、プレビューを見て公開する

動画の該当箇所 23:18 / タップして開く

作ったフィード画像を、今回はストーリーとして投稿するよう依頼します。Manusはストーリー用の画像を用意し、あべさんは文字の表記を見て修正を求めています。画像ができた時点ですぐ公開するのではなく、表示された文字と意図が合っているかを確認しています。

画像の仕上がりが合わない場合の相談例として、プログラムによる描画ではなくNano Bananaを使うよう伝える方法も紹介されます。あべさん個人の好みとして、生成方式を変えると期待に近い画像が出ることがあるという話です。特定の方式なら必ず良くなるという意味ではなく、実際の完成画像で判断します。

文字の修正後、「この一枚だけストーリーに投稿」と範囲を指定し、確認・公開の操作を行います。実演ではInstagram側にも投稿されたことを確認しました。プレビューでは誤字脱字、意図とのずれ、内容の誤りを見るよう繰り返し勧めています。自分のアカウントの普段の発信と合うかも、読者の目線で確かめる必要があります。

- ・ 投稿形式を指定し、必要なら画像を作り直す。
- ・ 文字や内容の修正を具体的に依頼する。
- ・ 対象の一枚と投稿先を確認し、公開後も表示を見る。

試した結果で、運用量と費用を決める

動画の該当箇所 27:32 / タップして開く

Manusは処理に応じてクレジットを使う仕組みとして紹介されています。動画では無料・有料プランの説明がありますが、課金を先に決めるのではなく、まず画像と動画を試し、自分の目的に必要な量と品質を確かめる方針です。特に動画の制作は画像より消費が大きくなりやすいという実感が語られています。

運用初期は、完璧な一投稿を作ることだけに時間を使いすぎず、複数の投稿案を実際に試せる点が利点と説明されています。ただし、事実や表記の確認を省くことと同じではありません。テーマに合う下書きを早く作り、人が確認して出し、結果を次の調査や企画へ戻す流れで使います。

この回では自動投稿までの操作は確認されていますが、投稿が継続的に伸びた結果や売上の検証は示されていません。調査・制作・公開の省力化と、アカウントの成長は分けて考えます。利用条件や使える連携機能も、動画撮影後に変わる可能性があります。

- ・ 小さく試して、必要な制作量と消費量をつかむ。
- ・ 無料枠で不足するかどうかを、実際の作業から判断する。
- ・ 公開後の反応をもとに、企画と制作へ戻る。

実践の進め方

01 Instagramを接続する

Manusのアプリ接続欄からInstagramを選び、対象アカウントと必要な設定を確認して接続します。

動画 14:43

02 競合の比較表を作る

同じテーマのアカウントを指定数調べ、数値、投稿内容、発信者の背景を比較します。

動画 17:25

03 投稿計画から一本選んで作る

実演のように日数と形式の本数を決めてカレンダーを作り、その中の一本を画像へ仕上げます。

動画 20:34

04 内容と表示を確認して直す

必要な事実確認を行い、画像の文字、投稿形式、意図との違いを修正します。

動画 24:30

05 公開と表示を確認する

投稿する範囲を明示し、プレビューを確認して公開します。Instagram側でも意図した表示になっているか見ます。

動画 25:06

AIへの相談例

編集部が作成した活用例です。動画内の発言をそのまま書き起こしたものではありません。

【編集部による活用例・動画の逐語プロンプトではありません】この資料を根拠に、記載外の補足は区別し、私の状況を質問してから進めるようにしてください。発信テーマ、経験、投稿できる頻度を確認し、競合調査で比較する項目と5日分の投稿計画を整理してください。最初に作る一本を選び、公開前に内容・文字・投稿先について確認する点も示してください。

資料について

- ・元動画の自動字幕をもとに、ManusとInstagramの連携実演を整理しています。元動画はManus提供の企業案件であることが明示されています。
- ・機能・連携条件・料金については、動画で説明された2026年3月時点の内容を含みます。現在の利用条件は各サービスで確認してください。
- ・制作と投稿の自動化は、集客や収益を保証するものではありません。