SOCIAL MEDIA TRAINING

SNS研修基礎コース

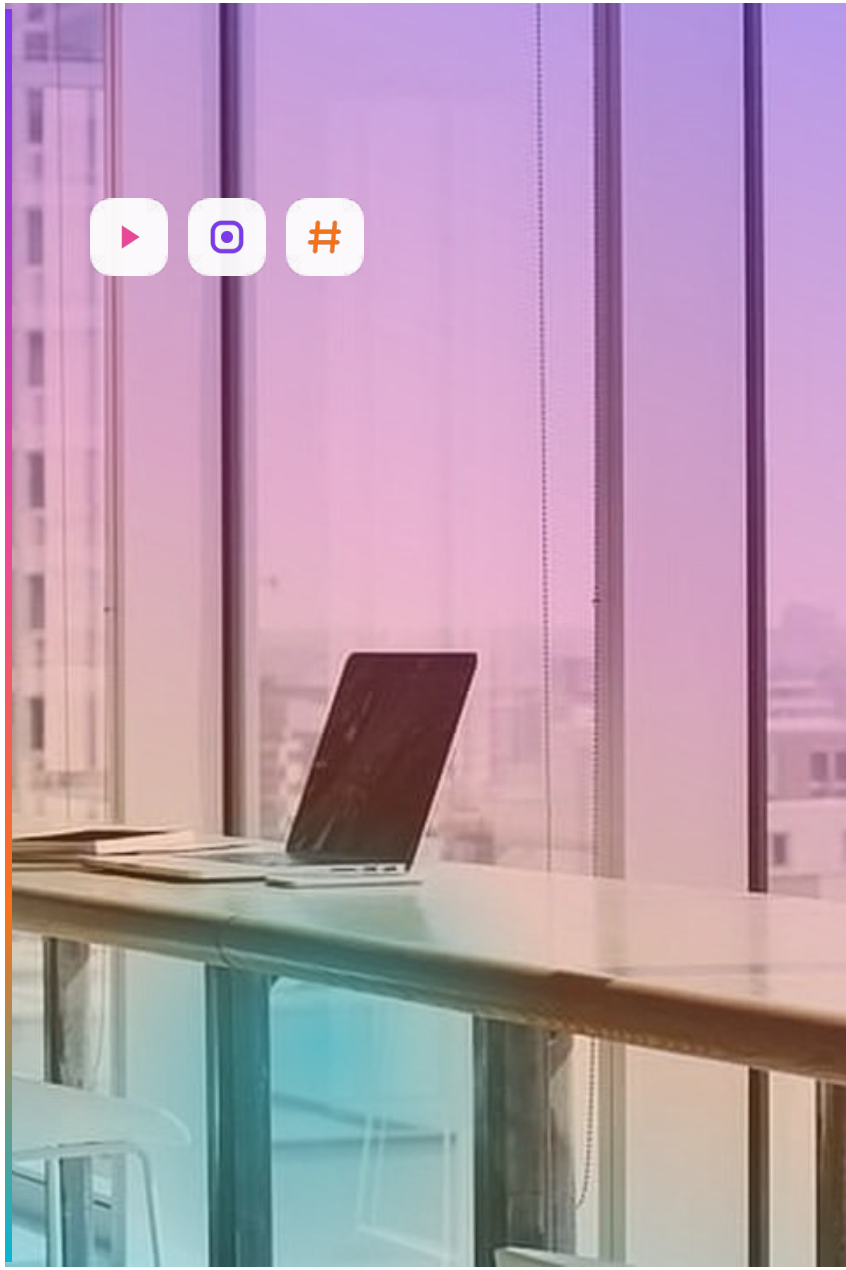
基礎から完全オリジナル作品の制作まで、
TikTok と Instagram を 10 章で身につける。

動画作成・画像作成・投稿運用・分析。未経験者の方が、
属人化しない SNS運用力を段階的に育てる、
全 10 章・計 18 時間 36 分 のeラーニング型研修プログラムです。

定額制　1年間

※LMSによる学習進捗状況の管理

対象	総時間	構成
SNS運用未経験〜初心者の方 人事・研修担当者・ SNS運用ご担当者	18 時間 36 分	全 10 章・TikTok編 5 章 ／ Instagram編 5 章 自分のペースで学べる動画講座



01 導入 — Why now

「発信する力」を、社内に育てる。
属人化しない SNS 運用は、研修から始まります。

TikTok・Instagram は、いまや採用・商品・サービスを社外に伝えるうえで欠かせないチャネルです。
しかし多くの企業では、運用の進め方を一部の社員に頼り、運用ノウハウが個人の経験に閉じたままになっています。
「投稿が続けられない」「数値を見ても改善に繋げられない」 ——こうした現場の悩みに応えるのが、当研修です。

よくある課題 A
CHALLENGE

発信が属人化

担当者に依存してしまう

「あの人が異動したらどうしよう」。
社内に再現可能な運用の型がない状態は
事業継続のリスクそのものです。

よくある課題 B
CHALLENGE

動画・画像制作が

外注任せ・工数大

動画編集を外注すると、1本あたりの
コストと納期がかさみます。
内製できる人材がいるかどうかが鍵です。

よくある課題 C
CHALLENGE

分析が感覚的で

改善に繋がらない

「伸びた」「伸びなかった」だけ見て終わる運用は、
次の打ち手が見えません。
数値を読み、改善に繋げる力が必要です。

02 受講対象 — Who it's for

こんな方におすすめです。

PERSONA・想定受講者

TikTok・Instagram を自社プロモーションに活かしたい方。

・SNS運用をこれから始める、未経験〜初心者の方
・企業の人事・研修・教育ご担当者
・自社ブランディングや採用広報に SNSを活用したい方
・動画・画像制作を外注から内製に切り替えていきたい方

PREREQUISITES · 受講前提

特別なスキルや事前知識は不要です。

スマートフォン／ PC をお持ちの方なら、どなたでもご受講いただけます。

03 受講後 4 つの姿

01
動画制作を内製できる
TikTok の初級から上級、そして完全オリジナル作品まで、段階的に制作力を高めます。

02
画像作成を Canva で
Canva を使い、フィード投稿やハイライト用の画像を一から作成できる技術を手に入れます。

03
投稿運用を分析できる
インサイト分析やアルゴリズム理解を通じ、感覚的だった運用をデータで改善する力を養います。

04
完全オリジナル作品を
模倣学習から始めて、最終的にTikTok／Instagramの完全オリジナル作品を生み出します。

03 構成 — Overview

全 10 章で、2大プラットフォーム を 段階的にマスターする。

基礎 → 中級 → 上級 → 模倣学習 → 完全オリジナル制作。

TikTok編・Instagram編 各 5 章ずつ、計 10 章 で構成される実践中心のプログラムです。

PART 01 第 1 章 ～ 第 5 章

TikTok 編

基礎操作から動画作成の中級・上級、模倣学習、
オリジナル動画の制作と完成度向上、
完全オリジナル作品の制作まで、
TikTok の発信力を一通り構築します。

PART 02 第 6 章 ～ 第 10 章

Instagram 編

SNSマーケティングの基礎理解から、Canva での画像作成、
アルゴリズムとストーリーの活用、フィード／ハイライト投稿、
リール動画、成功事例の分析まで、
Instagram の運用型を一通り構築します。

PART 01 ／ 第 1 章 ～ 第 5 章

TikTok 編 —— 基礎から完全オリジナル作品制作まで

CHAPTER	講座名・時間	章の合計時間
第 1 章 **TikTokの基本**	TikTokの基本 **00:10:00**／プロフィール作成とカスタマイズ **00:20:05**／動画作成（初級編） **00:30:00**／コンテンツの配信 **00:05:01**／コミュニティとのエンゲージメント **00:05:05**／基本分析の見方 **00:05:00**／章のまとめ **00:05:00**	**1:20:11**
第 2 章 **動画作成（中級）とマネタイズ**	広告とマネタイズ **00:10:00**／ガイドラインの理解 **00:10:01**／ケーススタディ **00:10:09**／動画作成（中級編）(1) **00:22:31**／動画作成（中級編）(2) **00:21:00**／動画作成（中級編）(3) **00:23:15**／動画作成（中級編）(4) **00:23:14**	**2:00:10**
第 3 章 **動画作成（上級）と模倣学習**	動画作成（上級編）(1) **00:30:00**／動画作成（上級編）(2) **00:07:00**／動画作成（上級編）(3) **00:53:01**／対象動画を真似てみよう！（模倣学習） **00:30:00**	**2:00:01**
第 4 章 **オリジナル動画の制作**	対象動画を真似てみよう！（実践編）(1) **00:30:00**／対象動画を真似てみよう！（実践編）(2) **00:30:03**／オリジナル動画を作ってみよう(1) **00:05:40**／オリジナル動画を作ってみよう(2) **00:54:19**	**2:00:02**
第 5 章 **完成度を高める・完全オリジナル作品制作**	オリジナル制作（前章の続き）(1) **00:30:00**／オリジナル制作（前章の続き）(2) **00:20:00**／完全オリジナル作品制作(1) **00:30:01**／完全オリジナル作品制作(2) **00:30:02**／未来のTikTokとトレンド **00:10:00**	**2:00:03**

※ 本表は原文の章構成および講座名・時間にしたがって記載しています。各章の合計時間は講座時間の累計を示します。

PART 02 ／ 第 6 章 ～ 第 10 章

Instagram 編 —— 運用型を一通り構築する

CHAPTER	講座名・時間	章の合計時間
第 6 章 **Instagramの基本**	SNSマーケティングの基本 **00:10:03**／Instagramの役割 **00:10:02**／プロフィール作成とカスタマイズ **00:50:03**／章のまとめ **00:05:02**	**1:15:10**
第 7 章 **画像作成とアカウント設計**	Canvaを使って画像を作成してみよう(1) **00:45:01**／Canvaを使って画像を作成してみよう(2) **00:45:01**／アカウント設計を考えよう **00:30:02**	**2:00:04**
第 8 章 **アルゴリズムとストーリー活用**	アルゴリズムって何？ **00:10:03**／インサイト分析してみよう **00:10:03**／ガイドライン **00:10:01**／ストーリーを作成してみよう(1) **00:45:02**／ストーリーを作成してみよう(2) **00:45:03**	**2:00:12**
第 9 章 **投稿コンテンツの作成**	ハイライトを作成しよう **00:40:02**／投稿テーマを考えよう **00:20:03**／フィード投稿（オリジナル）を作成してみよう **01:00:04**	**2:00:09**
第 10 章 **投稿実践とリール動画**	投稿してみよう（キャプション・ハッシュタグ） **00:40:04**／リール動画を作成してみよう **01:00:02**／成功アカウント事例 **00:10:01**／未来のInstagramとトレンド **00:10:01**	**2:00:08**

※ 本表は原文の章構成および講座名・時間にしたがって記載しています。各章の合計時間は講座時間の累計を示します。

04 — TikTok編 詳細

TikTok 編 —— 章ごとの学習テーマ

CHAPTER LINEUP

5章で高める力

「真似る」から「創る」へ。5 章の階段で、TikTok の発信力を積み上げる。

CHAPTER	STEP	学習テーマ
CHAPTER 01 **TikTokの基本** アプリ・プロフィール・初投稿・基本分析を一通り体験。	STEP 01 **基本操作を一周する**	TikTok の基本操作、プロフィール作成、初投稿からコミュニティとの関わり、基本分析の見方までを一通り体験。SNS の基本動作に慣れる導入章。
CHAPTER 02 **動画作成（中級）とマネタイズ** ガイドラインとマネタイズを踏まえ、中級編集を習得。	STEP 02 **中級編集と型を理解する**	広告・マネタイズの設計やガイドラインを学んだうえで、動画作成（中級）4編で編集テクニックを反復。実務に耐える制作力の基盤を作ります。
CHAPTER 03 **動画作成（上級）と模倣学習** 上級編集の後、対象動画を「真似る」型を習得。	STEP 03 **上級編集×模倣で型化する**	動画作成（上級）3編で編集の引き出しを増やし、続いて対象動画を真似る「模倣学習」を通じて、成功事例のロジックを自分の手で再現可能にします。
CHAPTER 04 **オリジナル動画の制作** 模倣の応用を経て、初めてのオリジナル動画を企画から完走。	STEP 04 **はじめてオリジナルを作る**	模倣の応用編として実践→自分の作品づくりへ移行。企画・撮影・編集の最初の一本を自分の力で完走する経験を重ねます。
CHAPTER 05 **完成度を高める・完全オリジナル作品制作** 完成度向上を経て完全オリジナル作品を生み出し、未来のトレンドを見通す。	STEP 05 **完成度を高め、 完全オリジナル制作へ**	前章の続きで作品を磨き込み、最後に「完全オリジナル作品」を2編に分けて制作します。 修了時には「未来の TikTok とトレンド」を通し、移り変わるプラットフォームの潮流まで見通す力を養います。

05 — Instagram編 詳細

Instagram 編 —— 章ごとの学習テーマ

CHAPTER LINEUP

5章で整える力

「設計する」から「運用する」へ。 5 章の階段 で、Instagram の運用型を整える。

CHAPTER	STEP	学習テーマ
CHAPTER 06 **Instagramの基本** SNSマーケティングと Instagram の役割を理解し、プロフィールを作成。	STEP 01 **役割と基本操作を理解**	SNSマーケティングの枠組みから Instagram の立ち位置を理解し、プロフィール作成・カスタマイズで SNS 上の「顔」を設計します。
CHAPTER 07 **画像作成とアカウント設計** Canvaで画像を作成し、アカウント設計を行う。	STEP 02 **Canvaで画像を作る力**	Canva を使いこなす「2 つの実践編」と、アカウント設計（コンセプト・対象・発信内容）の組み立てで、運用前の型を作ります。
CHAPTER 08 **アルゴリズムとストーリー活用** アルゴリズムと分析を学び、ストーリーを作成する。	STEP 03 **アルゴリズム×ストーリー**	アルゴリズムとインサイト分析の読み方を押さえ、ガイドラインを踏まえたうえで、ストーリーを2 つの実践編で量産できる力を育てます。
CHAPTER 09 **投稿コンテンツの作成** ハイライト、フィード投稿オリジナルを完成させる。	STEP 04 **ハイライト＆フィード投稿**	ハイライトでプロフィールを整え、投稿テーマ設計を経て、フィード投稿（オリジナル）を1本完成。テーマ設計と投稿制作を一気に体験します。
CHAPTER 10 **投稿実践とリール動画** 投稿運用とリール制作、成功事例からトレンドを見通す。	STEP 05 **投稿実践とリール制作**	キャプションとハッシュタグ設計、リール動画制作、成功事例の分析までを一通り経験。 最後に「未来の Instagram とトレンド」を通し、これからの運用の方向性を描く力を手に入れます。

06 — 学びの到達点

受講後、4 つの力を社内に持ち帰る。

「観るだけだった SNS」を、現場の運用に直結するスキルへ。

動画制作・画像制作・投稿運用・分析、それぞれ自分の手で再現できる状態を目指します。

SKILL 01

TikTok 動画制作スキル

初級編集から上級編集、模倣学習を経て、はじめての完全オリジナル作品まで。

内製で一本完結できる制作フローを身につけます。

SKILL 02

Canva での画像制作スキル

ハイライト、フィード投稿、サムネイル、ストーリーズ素材まで。

Canva を使い、統一感のあるビジュアルを一貫して作れるようになります。

SKILL 03

投稿運用と分析力

アルゴリズム理解、インサイト分析、キャプション・ハッシュタグ設計、ガイドライン遵守。

感覚ではなくデータで運用を改善する型が身につきます。

成果物 SKILL 04

完全オリジナル作品の制作

TikTok 完全オリジナル作品、Instagram フィード投稿（オリジナル）の 2本を通じ、

「ゼロから一本を生み出す」総合制作経験を積みます。

07 — 受講スタイル

自分のペースで、最後まで完走できる 設計。

eラーニング形式で配信する動画講座パックです。隙間時間での受講から、
業務時間内の集中受講まで、組織や個人のスケジュールに合わせて進められます。

FEATURE 01

eラーニング形式の動画講座

配信される動画教材を、ご自身のタイミングで視聴。
移動中・就業後・休日の隙間時間など、
組織のスケジュールに縛られず受講可能です。

FEATURE 02

自分のペースで学べる

章単位で区切られた講座区切りにより、
短時間で一章ずつ進めることも、
まとめて一気に進めることもできます。

FEATURE 03

実践中心のカリキュラム

視聴だけにとどまらず、
模倣学習・画像制作・動画制作・投稿運用を
実際に手を動かして体験する設計です。

08 — ご導入までの流れ

お問い合わせから 受講開始まで、4 つのステップで。

貴社の受講対象者数やスケジュール感に合わせ、無理なく導入いただけるよう、
お問い合わせから受講開始まで最短ステップで進められる体制を整えています。

01

STEP 01

お問い合わせ

本ページの「お問い合わせ」よりご連絡ください。
サービス概要をお渡しの上、
ご担当者様のご質問にお答えします。

02

STEP 02

ヒアリング

受講対象者の規模や想定スケジュール、
既存の SNS 運用状況などを
丁寧にお伺いします。

03

STEP 03

プラン提案

受講人数・期間・運用形態に応じ、
最適な受講プランをご提案。
内容と進行スケジュールを確認いただきます。

04

STEP 04

受講開始

貴社の受講環境に合わせ、
動画講座の配信を開始します。

最終ページ ／ NEXT STEP

まずは資料ダウンロードから。ご導入のご相談は、お気軽にお問い合わせください。

CONTACT

お問い合わせ

貴社の受講人数やスケジュール感に合わせ、最適なプランをご提案します。

「資料をダウンロードのうえ、話を聞いてみたい」段階でもお気軽にご相談ください。

提供：J&M合同会社

提供者名以外の詳細情報は、資料ダウンロードおよびお問い合わせ時にご案内します。

RESKILLING TRAINING

SNS研修基礎コース

・対象：SNS運用 未経験～初心者

・総時間：18 時間 36 分 10秒

・構成：全 10 章

・形式：eラーニング（動画講座）

DOWNLOAD ≫