

♥自身のアカウント設定を「公開」にする

※**注意**: 非公開アカウントから「公開」へ設定する前に、フォローリクエストがないか確認をしてください。フォローリクエストがある状態で「公開」の設定をすると、フォローリクエストがすべて認証されてしまうので、場合によってはすべてリクエストを削除したうえで、上記の方法でアカウント設定を行ってください。

①



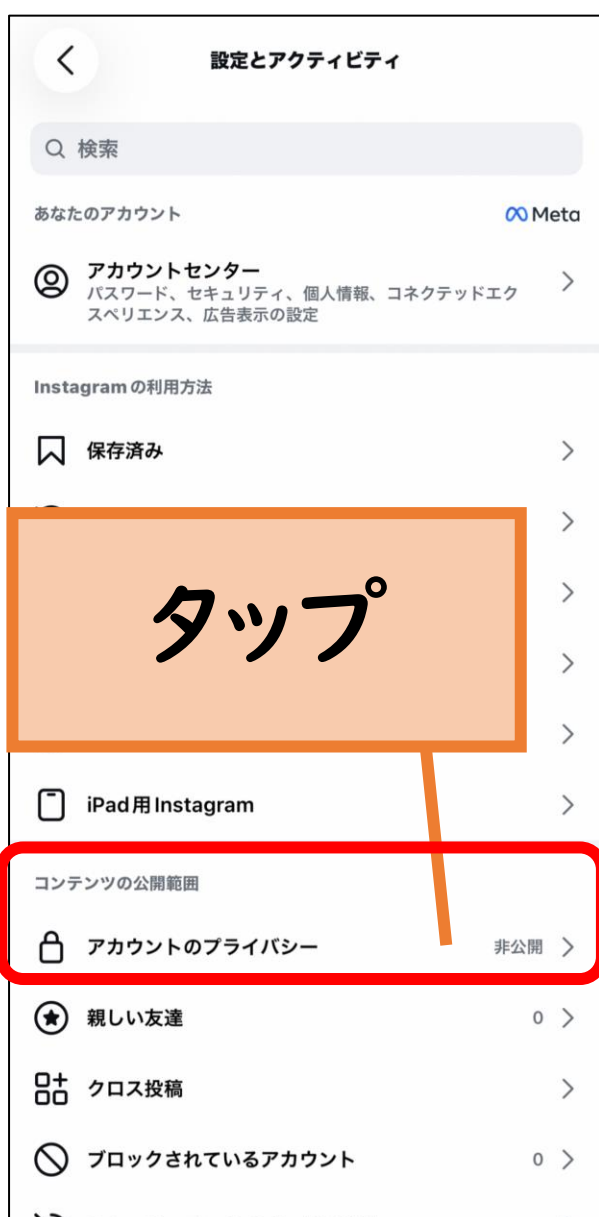
① インスタグラムのアプリを開き、右下のプロフィール画面ボタンを押す。

②



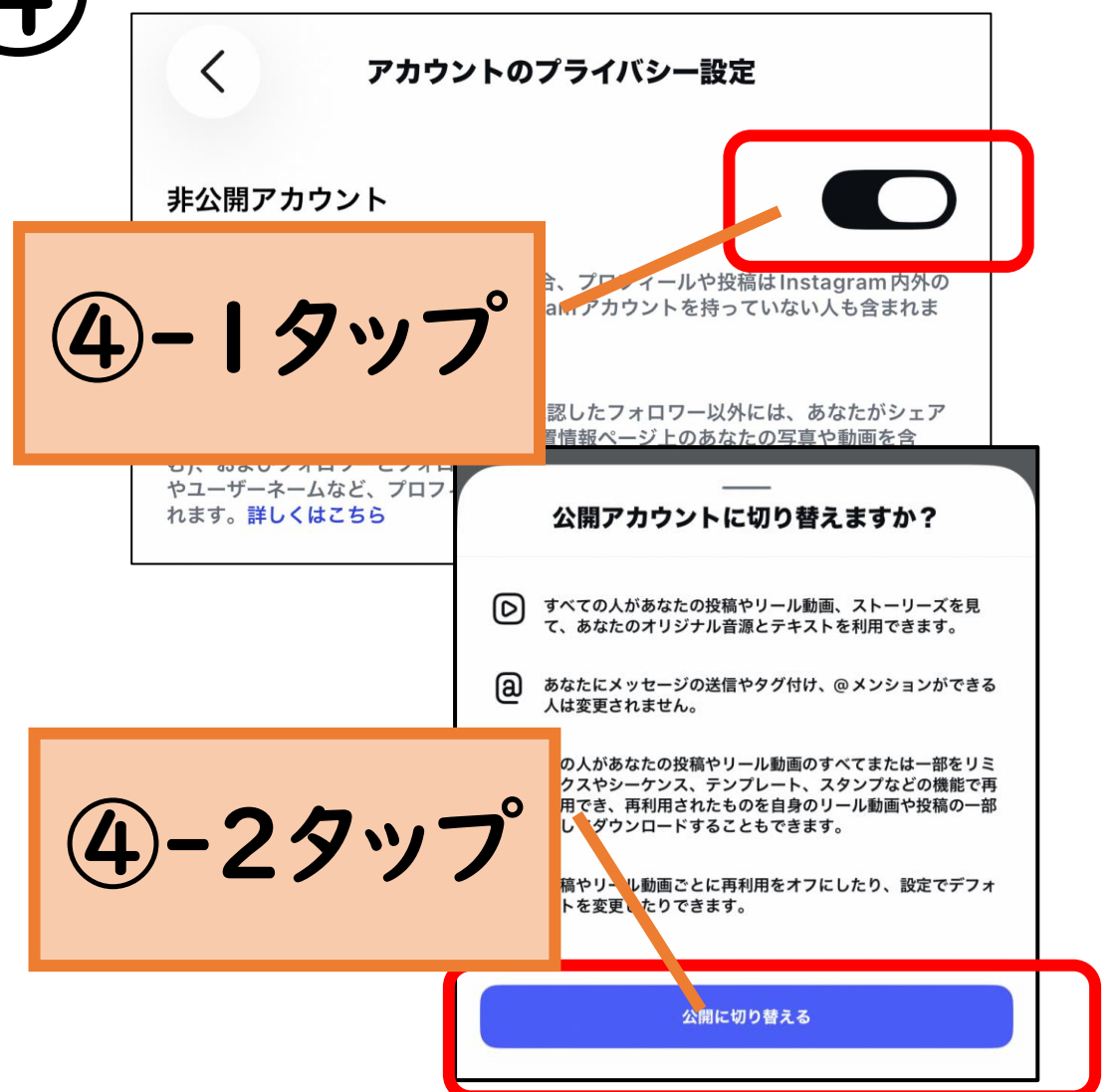
② プロフィール画面を開いたら、右上の横三本線を押す。

③



③ コンテンツ公開範囲の「アカウントのプライバシー」を押す。

④

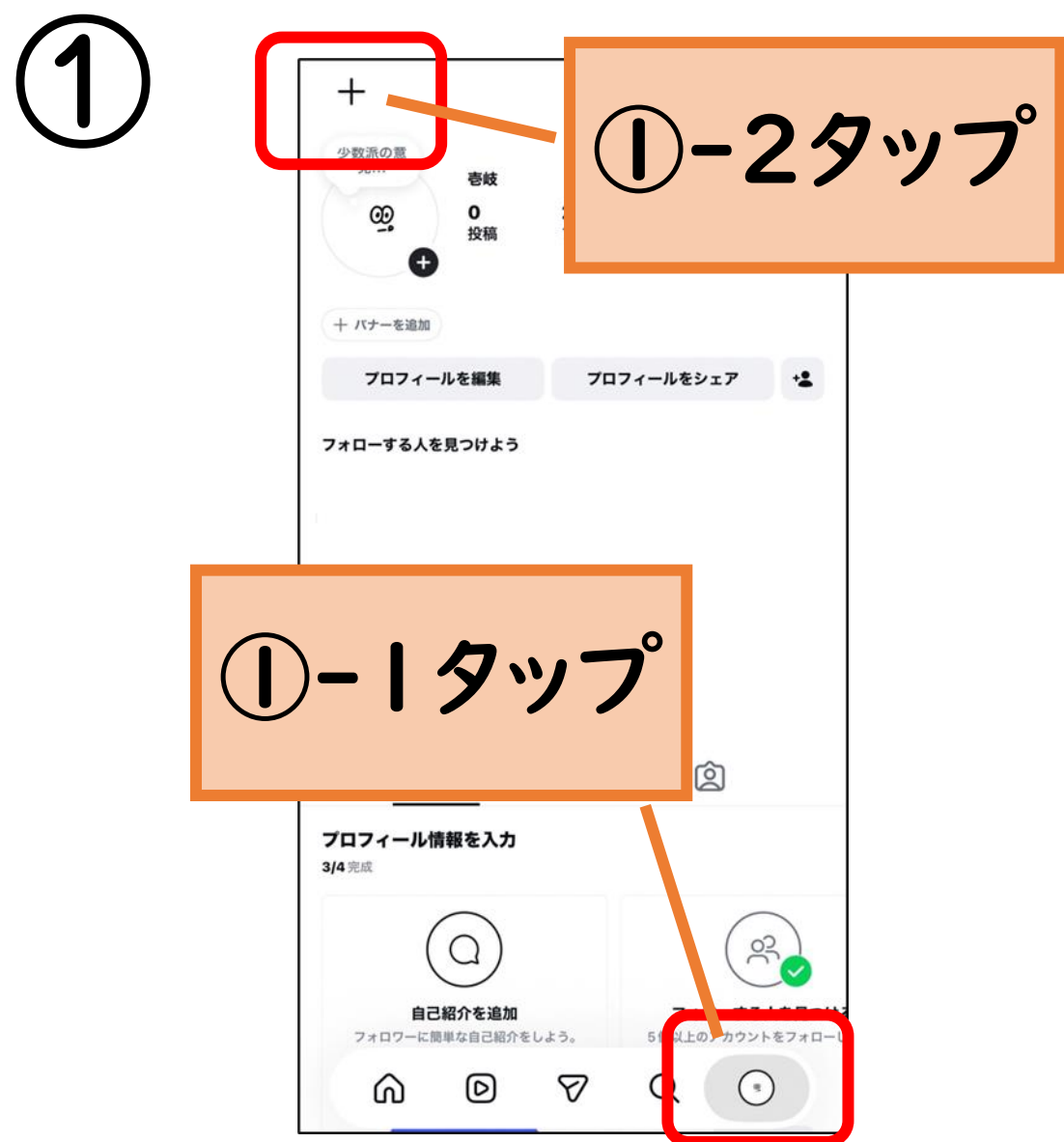


④ 非公開になっている人は、「公開」となるようにボタンを押し「公開に切り替える」を押す。

♥実際に投稿する：健康づくりの取組がわかる写真や画面

(投稿内容の例)

- ◆8000歩以上歩いた時の「歩こーで!」アプリのホーム画面
- ◆家族や友人、ペットと一緒に散歩やランニングの写真
- ◆主食・主菜・副菜・汁物が揃ったバランスの良い食事の写真



①プロフィール画面を開き、左上にある「+(プラス)」ボタンを押す。



②投稿ボタンを押し、投稿する写真を選択し、右上の「>」ボタンを押す。



③「キャプションを追加…」を押し、写真や画面についての説明文(上記例のとおり)を記載し、右上の✓マークを押す。
※説明文は、自由に記載してください。



④「タグ付け」を押す。



⑤写真をタップし、「壱岐振興局」アカウントを検索し、選択する。



⑥選択できているかチェックし、タグ付けできていれば右上の✓ボタンを押す。



⑦写真、説明文、タグ付けができていることを確認し、「シェア」ボタンを押すと投稿は完成。

★当選確率アップチャンス

健康づくりの取組写真や画面に、

+プラス

- ★壱岐のお気に入りの場所
- ★壱岐の景色
- ★壱岐の食べ物やお店

など

壱岐の魅力が伝わる写真も一緒に投稿すると…
賞品当選確率があがります!!