

ワードプレス勉強会

～健康歩こう会HPの投稿方法～

○健康歩こう会HPの管理画面へのログイン

○投稿方法

1. タイトル入力
2. 文章入力
3. 画像アップロード
4. 画像挿入
5. 複数の画像挿入
6. 確認と投稿
7. 各ブロックの設定

○質疑応答

2026年8月
社友会 東京支部
パソコン・スマホ倶楽部

健康歩こう会HPの管理画面へのログイン方法



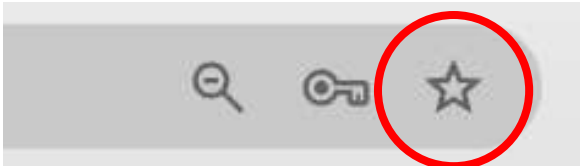
東京支部HPの「同好会」メニューより「健康歩こう会」をクリック



<https://t-syayu.com/dokokai/aruko/>



<https://t-syayu.com/dokokai/aruko/wp-login.php>
(URLの後ろに「wp-login.php」を入れてEnter)



ブックマークをしましょう！



[ユーザー名]: _____
[パスワード]: _____



「ダッシュボード」が表示

健康歩こう会HP例会報告の投稿



①左側のメニューの「投稿」をクリック

②「投稿を追加」ボタンをクリック

健康歩こう会HP例会報告の投稿

1. タイトルを入力しましょう！

※入力が終わったら「下書き保存」ボタンを押します。

The screenshot shows the WordPress editor interface. At the top, the title bar displays '第2ブロック「忘年会」開催報告・投稿' and 'Ctrl+K'. Below the title bar, the main content area shows the title '第〇〇〇回 2026年〇月例会「(例会テーマ名)」実施報告' in red text. Below the title, the text '第2ブロック「忘年会」開催報告' is highlighted with a red box. Below this, the text 'ブロックを選択するには「/」を入力' is visible. On the right side, the '投稿' (Post) tab is active, showing the '下書き保存' (Save Draft) button, which is highlighted with a red arrow. Below the '下書き保存' button, there are icons for '公開' (Publish) and '下書き' (Draft). The right sidebar shows the '投稿' (Post) tab, with options for '段落' (Paragraph), '非表示設定' (Visibility Settings), and '高度な設定' (Advanced Settings). At the bottom, the 'Post Revisions' section is visible, showing a table with columns for '削除' (Delete), '比較する' (Compare), '作成日' (Created), '作成者' (Author), and '操作' (Actions). The table contains one row for the current revision, dated '2026年8月14日 17:05:53 (現在のリビジョン)' and authored by '事務局スタッフ'. Below the table, there are buttons for '削除' (Delete) and '比較する' (Compare), and a note about 'リビジョンコントロール: 最大2個のリビジョンを保存します' (Revision Control: Save up to 2 revisions).

第〇〇〇回 2026年〇月例会「(例会テーマ名)」実施報告

第2ブロック「忘年会」開催報告

ブロックを選択するには「/」を入力

下書き保存

公開

投稿

段落

すべての文章の基本的構成ブロックです。

非表示設定

高度な設定

Post Revisions

削除	比較する	作成日	作成者	操作
☐	☐	2026年8月14日 17:05:53 (現在のリビジョン)	事務局スタッフ	

リビジョンコントロール: 最大2個のリビジョンを保存します

デフォルト設定を使用

投稿 > 段落

健康歩こう会HP例会報告の投稿

2. 文章を入力しましょう！（段落ブロック）

※入力が終わったら「下書き保存」ボタンを押します。

第2ブロック「忘年会」開催報告

第2ブロックでは横浜中華街で年末恒例となった「忘年会」を開催しました。

開催日：2025年12月13日（土曜日）
天候：曇り
実施場所：横浜山手地区および中華街
参加人数：12名（内懇親会のみ参加2名）

今回はみなとみらい線の「元町・中華街駅」に集合、山手地区を散策してその後中華街で懇親会の予定です。

「元町・中華街駅」からエレベーターでアメリカ山公園まで一気に上がります。

まず、この場所ですが山手地区は開港後の外国人居留地として発展し、異国情緒あふれる西洋館が立ち並ぶ街並みが形成された場所とのこと、昔は関内地区で仕事を終えた外国人が坂道を上って帰っていたとのこと。又、日本とのトラブル等もあったことより各国の軍隊が駐屯していたとのことその歴史的背景よりこの「アメリカ山」や「フランス山」、「イギリス山」と名付けられました。

投稿 > 段落

下書き保存

投稿 ブロック

段落
すべての文章の基本的構成ブロックです。

非表示設定

高度な設定

【注意】

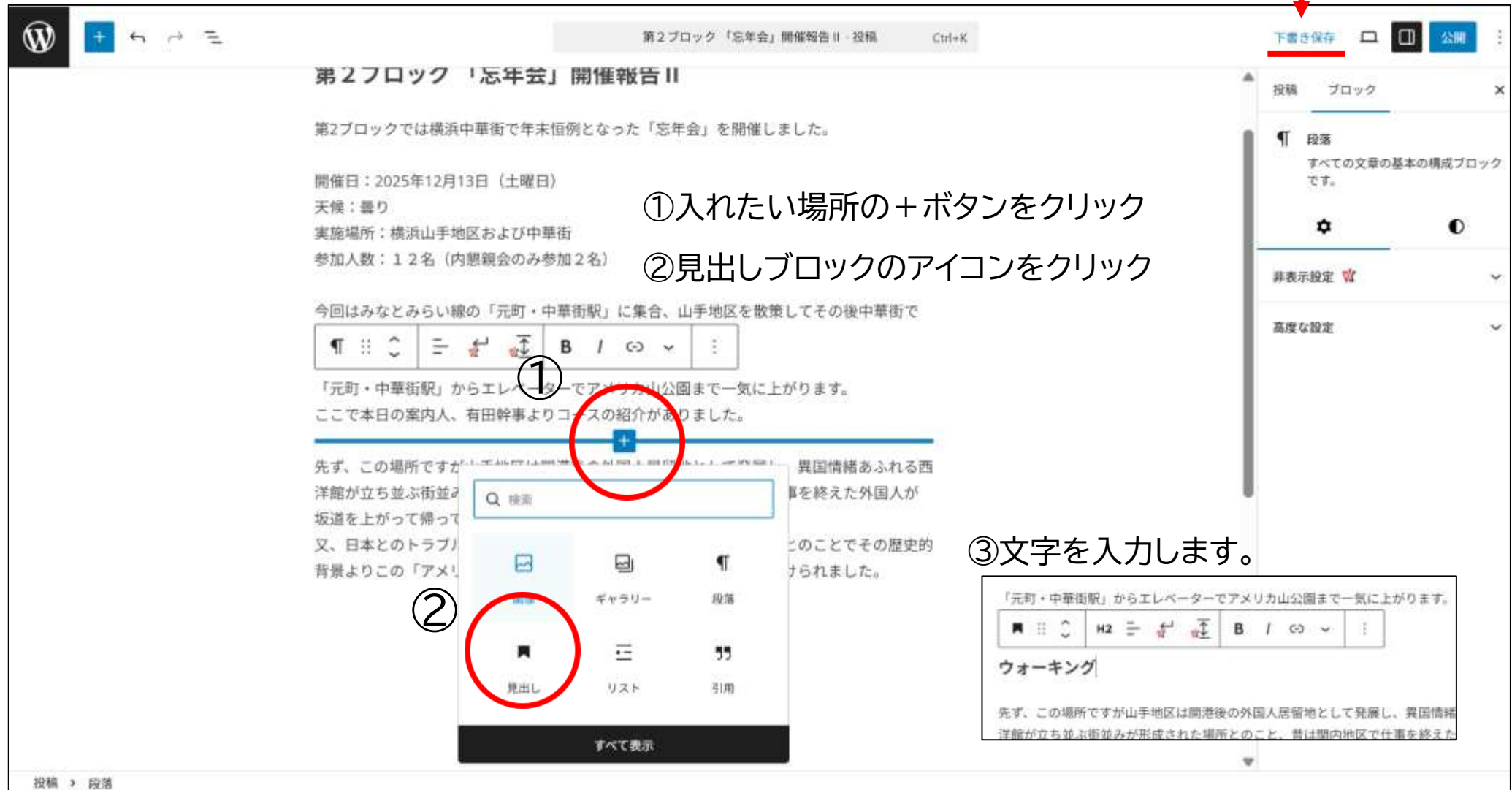
「Enter」は段落です。ブロックが分かれて1行分間隔が空きます。

間隔をあけたくない場合は「Shift+Enter」で改行を入れます。この時のブロックは1つになります。

健康歩こう会HP例会報告の投稿

2. 文章を入力しましょう！（見出しブロック）

※入力が終わったら「下書き保存」ボタンを押します。



健康歩こう会HP例会報告の投稿

2. 文章を入力しましょう！（続きブロック）

※入力が終わったら「下書き保存」ボタンを押します。

The screenshot shows the WordPress editor interface for a post titled '第2ブロック「忘年会」開催報告II'. The interface includes a top bar with '下書き保存' (Save Draft) and '公開' (Publish) buttons. A sidebar on the right shows 'すべての文章の基本的な構成ブロックです。' (Basic structure of all articles). The main content area shows the '第2ブロック「忘年会」開催報告II' with details like '開催日: 2025年12月13日 (土曜日)', '本候: 曇り', '実施場所: 横浜山手地区および中華街', and '参加人数: 12名 (内懇親会のみ参加2名)'. A red dashed box highlights the 'ブロック' (Block) sidebar on the left, which contains a search bar and a list of blocks. A red circle labeled '③' is around the search bar, and another red circle labeled '①' is around the '+' button in the block list. A red circle labeled '②' is around the 'すべて表示' (Show all) button at the bottom of the block list. The text '③左側にブロック一覧が表示されるのでその中から見つけるか検索で探してアイコンをクリックする。' (On the left, a list of blocks is displayed, so find it from there or search for it and click the icon.) is above the sidebar. The text '①入れたい場所の+ボタンをクリック' (Click the + button in the place you want to insert) is above the '+' button. The text '②目的のブロックが無い場合は「すべて表示」をクリック' (If the block you want is not there, click 'Show all') is above the 'すべて表示' button. At the bottom, a red text box says '※投稿表示があまり長くないように続きブロックは適切な場所に必ず入れてください。' (※Please be sure to insert the 'Continue' block in an appropriate place so that the post display is not too long.)

③左側にブロック一覧が表示されるのでその中から見つけるか検索で探してアイコンをクリックする。

①入れたい場所の+ボタンをクリック

②目的のブロックが無い場合は「すべて表示」をクリック

※投稿表示があまり長くないように続きブロックは適切な場所に必ず入れてください。

健康歩こう会HP例会報告の投稿

3. 画像アップロードしましょう！

①

①左上のWボタンをクリック

②

②メニューの「メディア」をクリック

【重要】事前に例会報告に使う写真を決めておきます。
※PCに専用のフォルダーを作ってその時に使う写真を全て入れておく。
※ファイル名は使う順番に番号を付ける。



アップロードする写真

- ①アイキャッチ画像
- ②集合写真
- ③例会の時のスナップ写真
- ④懇親会写真

健康歩こう会HP例会報告の投稿

3. 画像アップロードしましょう！

FileBird ② 新規フォルダー

②「新規フォルダー」をクリック

① フォルダー名を入力してください。

① 投稿 (例会) をクリックして選択する

投稿 (例会) 0

5月 (伊東) 44

固定ページ 26

システム 0

アイコンなど 14

その他写真 18

FileBird 新規フォルダー

名前を変更 削除 並び替え

すべてのファイル 3962

未分類 3819

フォルダー名を入力してください。

投稿 (例会) 0

5月 (伊東) 44

7月 (伊東) 41

9月 (辻井) 0

キャンセル 保存

③ 例会の実施月とコース担当者の名前を入力して「保存」ボタンをクリック

FileBird 新規フォルダー

名前を変更 削除 並び替え

すべてのファイル 3962

未分類 3819

フォルダー名を入力してください。

投稿 (例会) 0

5月 (伊東) 44

7月 (伊東) 41

9月 (辻井) 0

投稿 (その他) 0

アイコンなど 14

その他写真 18

⑤「メディアファイルを追加」をクリック

④作成したフォルダーをクリックして選択する

メディアライブラリ

メディアファイルを追加

FileBird にレビューをお願いします

FileBird をお選びいただきありがとうございます。お共有するために、素敵なレビューをしますか？

いつまでも感謝しています。どうもありがとうございます

今すぐ評価する 後で評価する

いいえ、結構です

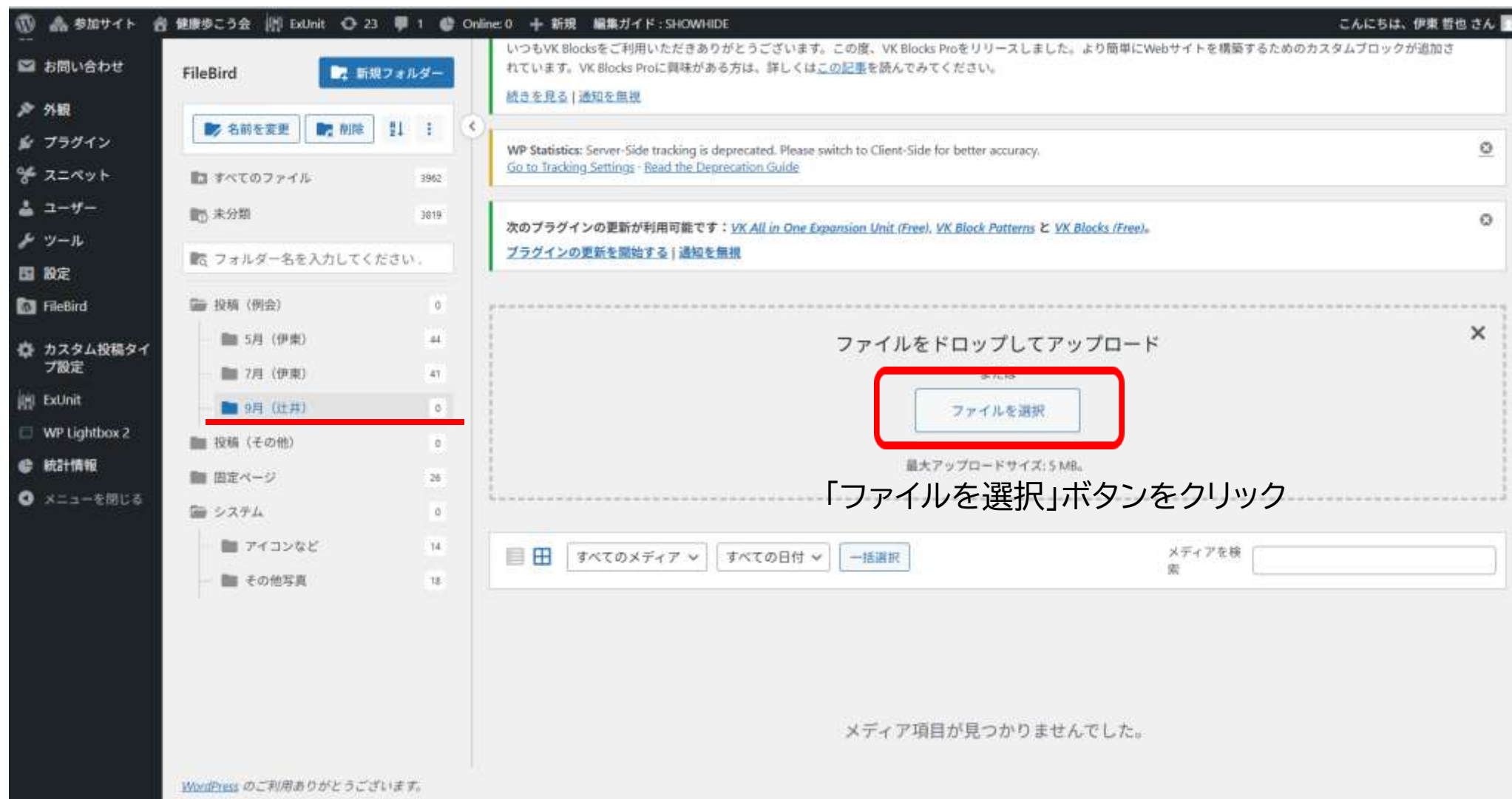
VK Blocks Pro を公開しました！

いつもVK Blocksをご利用いただきありがとうございます。この度、VK Blocks Proをリリース単にWebサイトを構築するための追加されています。VK Blocks Proに詳しくは[この記事](#)を読んでみてください

[続きを見る](#) | [通知を無視](#)

健康歩こう会HP例会報告の投稿

3. 画像アップロードしましょう！



FileBird

新規フォルダー

名前を変更 削除

すべてのファイル 3962

未分類 3019

フォルダー名を入力してください。

投稿 (例会)

- 5月 (伊東) 44
- 7月 (伊東) 41
- 9月 (辻井) 0**

投稿 (その他) 0

固定ページ 26

システム

- アイコンなど 14
- その他写真 18

お知らせ

いつもVK Blocksをご利用いただきありがとうございます。この度、VK Blocks Proをリリースしました。より簡単にWebサイトを構築するためのカスタムブロックが追加されています。VK Blocks Proに興味がある方は、詳しくは[この記事](#)を読んでみてください。

[続きを見る](#) | [通知を無視](#)

WP Statistics: Server-Side tracking is deprecated. Please switch to Client-Side for better accuracy. [Go to Tracking Settings](#) - [Read the Deprecation Guide](#)

次のプラグインの更新が利用可能です: [VK All in One Expansion Unit \(Free\)](#), [VK Block Patterns](#) と [VK Blocks \(Free\)](#)。

[プラグインの更新を開始する](#) | [通知を無視](#)

ファイルをドロップしてアップロード

ファイルを選択

最大アップロードサイズ: 5 MB。

「ファイルを選択」ボタンをクリック

すべてのメディア ▼ すべての日付 ▼ 一括選択

メディアを検索

メディア項目が見つかりませんでした。

WordPress のご利用ありがとうございます。

健康歩こう会HP例会報告の投稿

3. 画像アップロードしましょう！

ポイント！ファイルを選んだ時のファイル名順にアップロードされます。

①「詳細表示」にする。

②名前-降順にする。

③予めフォルダーに入れた写真を全て選ぶ
→Ctrlを押しながら上から順番にクリックすると確実です。

④「開く」ボタンをクリック

名前	日付時刻	種類	サイズ
top	2026/08/16 17:37	JPG ファイル	74
4-4	2026/08/16 17:44	JPG ファイル	183
4-3	2026/08/16 17:44	JPG ファイル	166
3-3	2026/08/16 17:50	JPG ファイル	176
3-2	2026/08/16 17:42	JPG ファイル	76
3-1	2026/08/16 17:41	JPG ファイル	196
2-6	2025/12/13 12:23	JPG ファイル	78
2-5	2025/12/13 12:28	JPG ファイル	52

健康歩こう会HP例会報告の投稿

3. 画像アップロードしましょう！

The screenshot displays the FileBird plugin interface within a WordPress dashboard. On the left, a sidebar menu lists various site management options. The main area is divided into a left-hand file browser and a right-hand content area. The file browser shows a hierarchy of folders, with '9月 (辻井)' selected and highlighted in red. The right-hand content area features a large dashed box for file uploads, with the text 'ファイルをドロップしてアップロード' and a button 'ファイルを選択'. Below this, a red box highlights the media library, which contains a grid of image thumbnails. The text 'アップロード完了！' is overlaid on the image grid.

FileBird

新規フォルダー

名前を変更 削除

すべてのファイル 3981

未分類 3019

フォルダー名を入力してください。

投稿 (例会) 0

- 5月 (伊東) 44
- 7月 (伊東) 41
- 9月 (辻井) 19

投稿 (その他) 0

固定ページ 26

システム 0

- アイコンなど 14
- その他写真 18

いつもVK Blocksをご利用いただきありがとうございます。この度、VK Blocks Proをリリースしました。より簡単にWebサイトを構築するためのカスタムブロックが追加されています。VK Blocks Proに興味がある方は、詳しくは[この記事](#)を読んでみてください。

[続きを見る](#) | [通知を無視](#)

WP Statistics: Server-Side tracking is deprecated. Please switch to Client-Side for better accuracy. [Go to Tracking Settings](#) - [Read the Deprecation Guide](#)

次のプラグインの更新が利用可能です: [VK All in One Expansion Unit \(Free\)](#), [VK Block Patterns](#) と [VK Blocks \(Free\)](#).

[プラグインの更新を開始する](#) | [通知を無視](#)

ファイルをドロップしてアップロード

または

[ファイルを選択](#)

最大アップロードサイズ: 5 MB。

アップロード完了！

すべてのメディア ▼ すべての日付 ▼ [一括選択](#)

メディアを検索

ブロック行事報告の投稿

4. 画像を挿入しましょう！（画像ブロック）

+ VK Pattern Library

第300回 2026年5月例会「川崎生田緑地」古民家探訪と宙の散歩・投稿 Ctrl+K

下書き保存

公開

第300回 2026年5月例会「川崎生田緑地 古民家探訪と宙の散歩」実施報告

健康歩こう会5月例会は丁度300回の節目の例会にあたります。
今回は川崎市多摩区の「生田緑地」を訪れました。

①

①入れたい場所の＋ボタンをクリック

実施日 2026年5月16日（土）
天気 晴れ
参加者 19名(懇親会：13名参加)
当日、川崎市多摩区は晴天に恵まれ、最高気温は28℃前集合

②

②画像ブロックのアイコンをクリック

集合場所は小田急小田原線の向ヶ丘遊園駅です。
向ヶ丘遊園自体は19年前に閉園となりましたが、駅名「向ヶ丘遊園」という名称が利用者や地元の方々に広く認知されています。集合場所では、柿本会長より東京支部総会の案内がありました。
開催日：2026年6月10日（水）
開催場所：池袋サンシャイン60ビル58階「サンシャインクルーズ・クルーズ」
開催時間：11時～（受付開始10時30分）
参加費：6,000円
申込締切：5月30日（東京支部HPよりお申し込み願います）
多くの皆様のご参加をお待ちしております。今回の5月例会は、ちょうど300回目という節目の例会でもあり、参加者全員に「健康歩こう会300回例会記念品」が配られました。

健康歩こう会HP例会報告の投稿

4. 画像を挿入しましょう！（画像ブロック）

VK Pattern Library

第300回 2026年5月例会「川崎生田緑地 古民家探訪と宙の散歩」 - 投稿 Ctrl+K

下書き保存 公開

第300回 2026年5月例会「川崎生田緑地 古民家探訪と宙の散歩」実施報告

健康歩こう会5月例会は丁度300回の節目の例会にあたります。

画像を追加...

画像

画像をドラッグ & ドロップ、アップロード、またはライブラリから選択してください。

アップロード

メディアライブラリ

URL から挿入

「メディアライブラリ」ボタンをクリック

実施日 2026年5月16日（土）
天候 晴れ
参加者 19名(懇親会：13名参加)
当日、川崎市多摩区は晴天に恵まれ、最高気温は28℃前後、最低気温は16℃前後と、初夏を思わせる陽気となりました。

集合

集合場所は小田急小田原線の向ヶ丘遊園駅です。
向ヶ丘遊園自体は19年前に閉園となりましたが、駅名は現在もそのまま残っています。
「向ヶ丘遊園」という名称が利用者や地元の方々に広く定着しているため、あえて変更する必要がないとのことです。集合場所では、柿本会長より東京支部総会開催の案内がありました。
開催日：2026年6月10日（水）

投稿 画像

健康歩こう会HP例会報告の投稿

4. 画像を挿入しましょう！（画像ブロック）

The screenshot shows the FileBird media management interface. On the left, a sidebar lists folders under '投稿 (例会)'. The '9月 (辻井)' folder is highlighted with a red box and labeled ①. The main area displays a grid of image thumbnails. One thumbnail, showing a group of people, is selected with a blue checkmark and circled with a red box, labeled ②. On the right, a panel shows details for the selected file 'top.jpg'. At the bottom right, a blue '選択' (Select) button is highlighted with a red box and labeled ③.

アクション
メディアを選択またはアップロード

FileBird 新規フォルダー

名前を変更 削除

すべてのファイル 3951
未分類 3819

フォルダー名を入力してください。

投稿 (例会) 0
5月 (伊東) 44
7月 (伊東) 41
9月 (辻井) 19
投稿 (その他) 0
システム 0
アイコンなど 14
その他写真 18

メディアを選択またはアップロード

ファイルをアップロード メディアライブラリ

メディアを絞り込む
画像 全ての日付

メディアを検索

添付ファイルの詳細
top.jpg
2026年8月21日
73 KB
624 x 468 ピクセル
画像を編集
完全に削除する

代替テキスト
画像の目的を説明する方法について、詳しくはこちらをご覧ください。装飾のみが目的の画像であれば、空欄にしてください。

タイトル top

キャプション

説明

ファイルのURL
https://t-syayu.com/dokc

①フォルダーを選択

②入りたい写真を選択

③「選択」ボタンをクリックすると選択した画像が挿入されます。

健康歩こう会HP例会報告の投稿

※入力が終わったら「下書き保存」ボタンを押します。

4. 画像を挿入しましょう！（画像ブロック）

画像をクリックすると設定メニューが表示されます。

下の設定メニューが表示されない場合はこのボタンを押してください。

The screenshot shows the VK Pattern Library editor interface. At the top, there's a header with navigation icons and a title bar. The main content area displays a blog post draft titled "第300回 2026年5月例会「川崎生田緑地 古民家探訪と宙の散歩」実施報告". Below the title, there's a text block and a red-bordered box containing a toolbar with various editing icons. A red arrow points from the text "画像をクリックすると設定メニューが表示されます。" to a small icon in the toolbar. Another red arrow points from the text "下の設定メニューが表示されない場合はこのボタンを押してください。" to a button in the top right corner. A third red arrow points from the text "中央揃えや画像の変更は上のメニューから" to the toolbar. A fourth red arrow points from the text "クリック！" to a photo of a group of people standing in front of a building. A fifth red arrow points from the text "写真のサイズの変更などは右のメニューより" to the settings menu on the right. The settings menu is titled "設定" and includes options for "代替テキスト", "画像の目的を説明してください。", "アスペクト比", "幅", "高さ", "解像度", and "ソース画像のサイズを選択してください".

健康歩こう会5月例会は丁度300回の節目の例会にあたります。

中央揃えや画像の変更は上のメニューから

クリック！

写真のサイズの変更などは右のメニューより

下書き保存 公開

投稿 ブロック

画像
画像を挿入し、視覚に訴えます。

設定

代替テキスト

画像の目的を説明してください。
装飾であれば空白のままにしてください。

アスペクト比
元のサイズ

幅 高さ
自動 px 自動 px

解像度
フルサイズ

ソース画像のサイズを選択してください。

健康歩こう会HP例会報告の投稿

5. 複数の画像を挿入しましょう！（ギャラリーブロック）

The screenshot shows the VK Pattern Library editor interface. The main content area displays a blog post draft with Japanese text. A red circle with the number ① highlights a blue plus sign (+) button in the top toolbar. A second red circle with the number ② highlights a gallery icon (a square with a grid pattern) in a dropdown menu that appears after clicking the plus sign. The dropdown menu also shows options for 'Image', 'Custom HTML', 'Buttons', 'Columns', and 'Columns'. The right sidebar shows the 'Block' tab with a list of blocks, including the selected 'Gallery' block. The bottom of the screen shows the '投稿' (Post) button.

① ①入れたい場所の+ボタンをクリック

② ②ギャラリーブロックのアイコンをクリック

健康歩こう会HP例会報告の投稿

5. 複数の画像を挿入しましょう！（ギャラリーブロック）

The screenshot shows the VK Pattern Library editor interface. At the top, there's a header with navigation icons, a title bar "第300回 2026年5月例会「川崎生田緑...」投稿", and a "Ctrl+K" shortcut. Below the header, the main content area displays a text block with Japanese text about a house tour. A blue bar with a "+" icon is positioned above a "ギャラリー" (Gallery) block. The "ギャラリー" block contains instructions: "画像をドラッグ & ドロップ、アップロード、またはライブラリから選択してください。" (Drag & drop, upload, or select from the library). Below this, there are two buttons: "アップロード" (Upload) and "メディアライブラリ" (Media Library). The "メディアライブラリ" button is highlighted with a red rectangle. To the right of the red rectangle, the text "「メディアライブラリ」ボタンをクリック" (Click the "Media Library" button) is written. Below the "ギャラリー" block, there's a "プラネタリウム" (Planetarium) section with more Japanese text. On the right side of the editor, there's a sidebar with tabs for "投稿" (Post) and "ブロック" (Block). The "ブロック" tab is active, showing a "ギャラリー" block with a description: "複数の画像をリッチなギャラリーで表示します。" (Display multiple images in a rich gallery). Below this, there are settings for "非表示設定" (Visibility settings) and "高度な設定" (Advanced settings).

今回は中まで入りませんでした。白川郷から移築された「旧山下家住宅」は、1階が「そば処 白川郷」となっており、実際に建物の中で食事を楽しむことができます。

最後は、「関東の村エリア」にある、千葉県九十九里町から移築された網元の家「旧作田家住宅」を見学しました。海とともに生きた人々の暮らしや建築の特徴を学ぶことができ、見学を締めくくりました。

ガイドの皆さんの説明も大変わかりやすく、楽しく学ぶことのできる充実した見学となりました。

その後、普段は出入りできない旧山下家住宅近くの「山下臨時口」を特別に開けていただき、次の目的地「かわさき宙と緑の科学館」へ移動しました。

「メディアライブラリ」ボタンをクリック

プラネタリウム

「かわさき宙と緑の科学館」には、世界最高水準のプラネタリウム投影機「MEGASTAR-III FUSION」が導入されており、肉眼では見えない微細な星まで含め、約1,500万個もの恒星をリアルに映し出します。

投影プログラムは毎月変わり、今回のテーマは「満月いろいろ」でした。

満月の仕組みや呼び名、月の見え方の違いなどについて、美しい星空映像とともにわかりやすく解説していただきました。

また、解説が録音ナレーションではなく、専門の解説員による生解説で行われる点も、このプラネタリウムの大きな魅力です。

その日の夜空や最新の天文話題を交えながら、臨場感たっぷりに案内していただき、参加者の皆さんもすっかり宇宙の世界に引き込まれていました。

投稿 > ギャラリー

健康歩こう会HP例会報告の投稿

5. 複数の画像を挿入しましょう！（ギャラリーブロック）

②入りたい写真を選択(複数選択)

①フォルダーを選択

③「ギャラリーを作成」ボタンをクリック

The screenshot shows the FileBird media management interface. On the left sidebar, under 'アクション' (Action), there's a 'ギャラリーを作成' (Create Gallery) button. Below it, the 'FileBird' section shows a list of folders: 'すべてのファイル' (3981), '未分類' (3819), and a search bar. The '9月 (社拜)' folder is highlighted with a red box and labeled ①. The main area, 'ギャラリーを作成', has tabs for 'ファイルをアップロード' and 'メディアライブラリ'. The 'メディアライブラリ' tab is active, showing a grid of images. Two images are selected with red checkmarks, labeled ②. The right panel shows details for '3-1.jpg', including its date, size, and a '完全に削除する' (Delete Permanently) link. At the bottom right, the 'ギャラリーを作成' button is highlighted with a red box and labeled ③.

健康歩こう会HP例会報告の投稿

5. 複数の画像を挿入しましょう！（ギャラリーブロック）

The screenshot shows a web interface for editing a gallery. On the left, a sidebar contains the text 'アクション' (Action) and 'ギャラリーを編集' (Edit Gallery). The main area is titled 'ギャラリーを編集' (Edit Gallery) and contains a row of four image thumbnails. A blue arrow points from the first thumbnail to the text '①写真をドラッグして順番を調整' (① Drag the photo to adjust the order). On the right, a panel titled '添付ファイルの詳細' (Attachment File Details) shows information for 'DSCN1275.jpg', including its date, size, and resolution. Below this, there are input fields for '代替テキスト' (Alt text), 'タイトル' (Title), 'キャプション' (Caption), and '説明' (Description). A red box highlights the 'ギャラリーを挿入' (Insert Gallery) button at the bottom right, with the annotation '②「ギャラリーを挿入」ボタンをクリック' (② Click the 'Insert Gallery' button).

アクション

← ギャラリーをキャンセル

ギャラリーを編集
ギャラリーに追加

ギャラリーを編集

メディアファイルを並び替えるにはドラッグしてドロップしてください。

①

①写真をドラッグして順番を調整

添付ファイルの詳細

DSCN1275.jpg
2026年8月14日
195 KB
640 x 480 ピクセル
[画像を編集](#)
[完全に削除する](#)

代替テキスト

画像の目的を説明する方法について、詳しくはこちらをご覧ください。装飾のみが目的の画像であれば、空欄にしてください。

タイトル DSCN1275

キャプション

説明

②

②「ギャラリーを挿入」ボタンをクリック

ギャラリーを挿入

投稿 > ギャラリー

健康歩こう会HP例会報告の投稿

5. 複数の画像を挿入しましょう！（ギャラリーブロック）

複数の画像が挿入できました！

※入力が終わったら「下書き保存」ボタンを押します。

The screenshot shows the WordPress editor interface. The main content area displays a text block followed by a gallery of four images: a group of people on a bridge, a bedroom interior, a living room interior, and a cemetery. The right-hand sidebar is open, showing the '投稿' (Post) tab. The '下書き保存' (Save Draft) button is highlighted with a red box and a red arrow pointing to it. Other buttons like '公開' (Publish) and 'アイキャッチ画像を設定' (Set featured image) are also visible. The sidebar also shows the post title '第2ブロック「忘年会」開催報告', the status '下書き' (Draft), and other post details.

健康歩こう会HP例会報告の投稿

5. 複数の画像を挿入しましょう！（ギャラリーブロック）

① ①編集・設定は3本線のアイコンをクリック

③設定メニューが表示されます。

※下の設定メニューが表示されない場合はこのボタンを押してください。

中央揃えや画像の変更は上のメニューから

②「ギャラリー」をクリック

※注目(現在選ばれているブロック)

写真の並べる数やサイズの変更などは右のメニューより。

健康歩こう会HP例会報告の投稿

6. 確認と投稿(アイキャッチ画像の設定)

※下の設定メニューが表示されない場合はこのボタンを押してください。

The screenshot shows the VK Pattern Library interface. At the top, there's a navigation bar with a '+' icon, back/forward arrows, a menu icon, and a 'VK Pattern Library' link. Below this, the article title '第300回 2026年5月例会「川崎生田緑地 古民家探訪と宙の散歩」実施報告' is displayed. A sub-header reads '健康歩こう会5月例会は丁度300回の節目の例会にあたります。今回は川崎市多摩区の「生田緑地」を訪れました。'. Below the text is a photo of a group of people standing in front of a building. On the right side, there's a sidebar with a '投稿' (Post) button circled in red, and a 'アイキャッチ画像を設定' (Set Cover Image) button also circled in red. Below the sidebar, there's a 'メディアライブラリ' (Media Library) section with a list of items, including the current article, and a 'ゴミ箱へ移動' (Move to Trash) button.

① 「投稿」タブをクリック

② アイキャッチ画像を設定をクリック

③ メディアライブラリからアイキャッチ用画像を選択

健康歩こう会HP例会報告の投稿

6. 確認と投稿(カテゴリーの設定)

※下の設定メニューが表示されない場合はこのボタンを押してください。

第300回 2026年5月例会「川崎生田緑地 古民家探訪と宙の散歩」実施報告

健康歩こう会5月例会は丁度300回の節目の例会にあたります。
今回は川崎市多摩区の「生田緑地」を訪れました。



投稿

①「投稿」タブをクリック

②該当するカテゴリーにチェックを付ける

①

②

【注意】
カテゴリーは「例会の実施報告」と実施した年度のみにチェックします。(2か所)
他の項目にチェックがついていないか必ず確認します。

☒ 例会の実施報告

☐ 2017年度

☐ 2018年度

☐ 2019年度

☐ 2020年度

☐ 2021年度

☐ 2022年度

☐ 2023年度

☐ 2025年度

☒ 2026年度

☐ 2027年度

☐ ウォーキングあれこれ

☐ テンプレート（表示しない）

☐ 会員へのご連絡

☐ 健康歩こう会からのお知らせ

健康歩こう会HP例会報告の投稿

6. 確認と投稿(プレビュー)

※プレビュー前に「下書き保存」ボタンを押します。

↓ ①このボタンをクリック

The screenshot shows the WordPress editor interface. On the right side, there are three buttons: '下書き保存' (Save Draft), 'プレビュー' (Preview), and '公開' (Publish). The 'プレビュー' button is circled in red, and a red arrow points to it from the text '①このボタンをクリック'. Below this, the text '②「新しいタブでプレビュー」をクリック' is shown. The 'プレビュー' button has a dropdown menu with three options: 'デスクトップ' (Desktop), 'タブレット' (Tablet), and 'モバイル' (Mobile). The '新しいタブでプレビュー' (Preview in new tab) option is circled in red. The main content area shows a post titled '第2ブロック「忘年会」開催報告-投稿' with a text block and three images. The left sidebar shows the 'リストビュー' (List View) and 'アウトライン' (Outline) tabs, with the 'ギャラリー' (Gallery) tab selected.

健康歩こう会HP例会報告の投稿

- ①

6. 確認と投稿(他のメンバーの投稿の確認)

①左上のWボタンをクリック
- 【注意】

必ず「プレビュー」で確認してください。(「編集」は使わない。)

②

②左側のメニューの「投稿」をクリック

③

③確認したい投稿にマウスポインターを合わせるとメニューが表示されるので「プレビュー」をクリックする。

投稿者	カテゴリ	日付
事務局スタッフ	ブロック別行事、第2ブロック	最終更新日 2026年8月15日 3:58 PM
第4ブロック	ブロック別行事、第4ブロック	公開済み 2026年7月25日 2:29 PM
第3ブロック	ブロック別行事、第3ブロック	公開済み 2026年7月14日 7:18 PM
事務局スタッフ	支部全体行事、総会	公開済み 2026年6月16日 10:53 AM
事務局スタッフ	男の料理教室、その他行事	公開済み 2026年5月26日 10:13 PM
事務局スタッフ	その他行事	最終更新日 2026年5月26日 10:13 PM
第1ブロック	第1ブロック、ブロック別行事、その他行事	最終更新日 2026年4月28日 4:43 PM
第1ブロック	第1ブロック、ブロック別行事、その他行事	公開済み 2026年4月28日 4:43 PM
事務局スタッフ	支部全体行事、男の料理教室	公開済み 2026年4月18日 11:27 AM

健康歩こう会HP例会報告の投稿

6. 確認と投稿(投稿)

確認が取れたら右上の「投稿」ボタンをクリックします。(2回)

投稿作業が終わったら東京支部HP「支部関連行事報告」の自分のブロックにちゃんと掲載されているか確認しましょう！

第2ブロック「忘年会」開催報告

開催日：2025年12月13日（土曜日）
天候：曇り

投稿

第2ブロック「忘年会」開催報告

アイキャッチ画像を設定

投稿者 事務局スタッフ

ステータス 下書き

公開 今すぐ

スラッグ 第2ブロック-忘年会開催報告

ディスカッション 受付中

リビジョン 2

フォーマット 標準

ゴミ箱へ移動

カテゴリ

Q カテゴリを検索

健康歩こう会HP例会報告の投稿

6. 確認と投稿(東京支部への連絡)

東京支部HPトップページの新着記事への掲載をメールで依頼します。(右にサンプルを付けます)

【連絡内容】

- ①投稿記事のタイトル
- ②投稿記事のURL
- ③アイキャッチ画像

連絡先は東京支部の岡部様宛てです。

メールアドレス:ryuji@galaxy.ocn.ne.jp

※URLは公開後、支部HP掲載のアドレスバーの内容をコピーして使ってください。

※アイキャッチ画像は例会報告投稿に使用したアイキャッチ画像と同じ写真(jpeg)をメールに添付します。



◎ブロックの会員メンバーにも報告書を公開した旨のご連絡をお願いします。

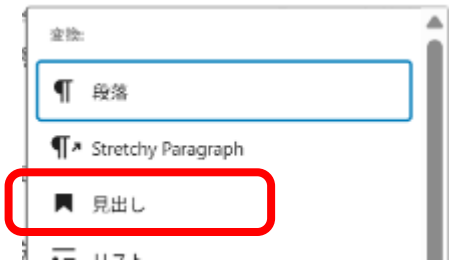
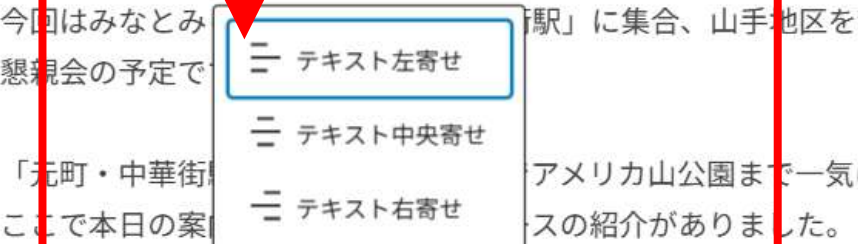
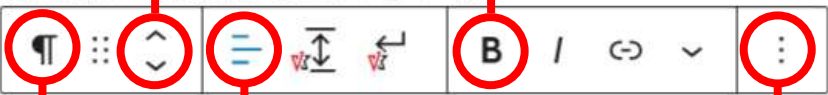
健康歩こう会HP例会報告の投稿

○各ブロックの設定について

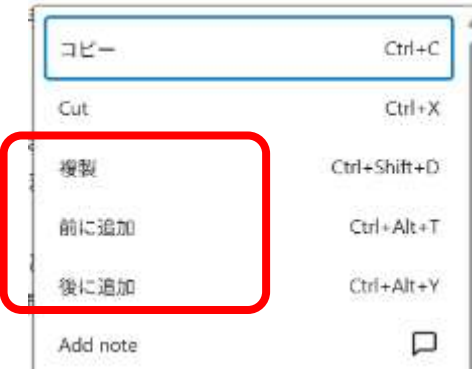
「段落」ブロックの設定項目

ブロックを上下に移動

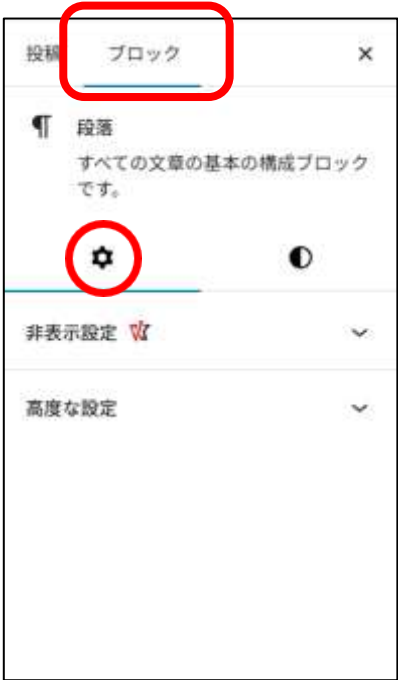
太字



「見出し」ブロックに変更



ブロックのコピーや追加
一番下に削除もあります。



文字の色や背景の色の変更

文字の大きさの変更

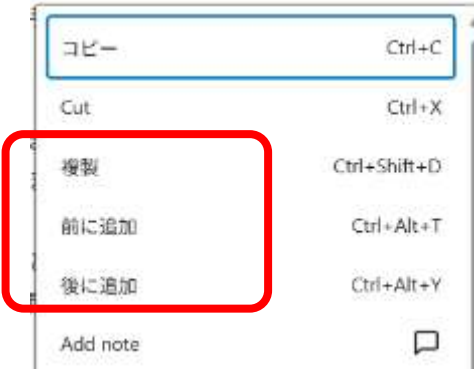
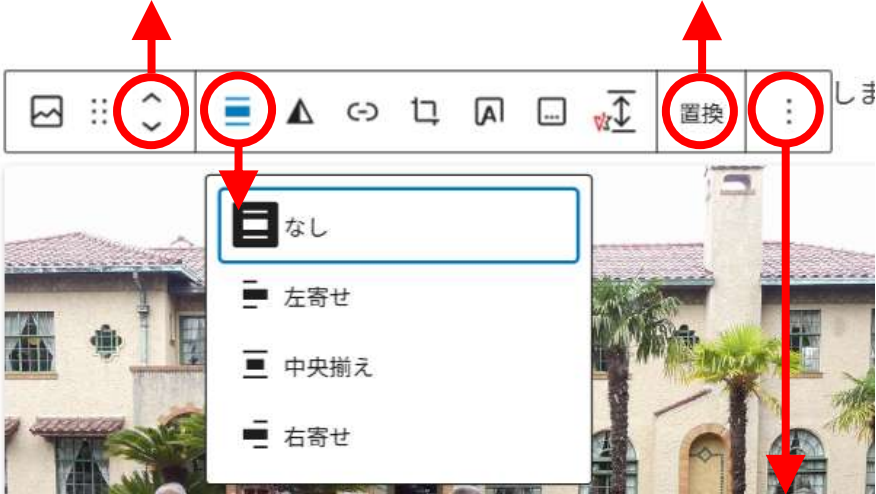
健康歩こう会HP例会報告の投稿

○各ブロックの設定について

「画像」ブロックの設定項目

ブロックを上下に移動

画像の変更



ブロックのコピーや追加
一番下に削除もあります。



画像の切り抜き



一例

画像の縦横比の変更



画像の大きさの変更



健康歩こう会HP例会報告の投稿

○各ブロックの設定について

「ギャラリー」ブロックの設定項目

※ギャラリー内の画像の追加や変更、削除はメニューの「追加」ボタン→「メディアライブラリを開く」をクリック

メディアライブラリを開く

Upload

ブロックの中央寄せなど

ブロックのコピーや追加、削除など。

追加

画像を添付ファイルページにリンク

画像をメディアファイルにリンク

ギャラリーの画像をクリックすると拡大表示される設定

ブロックを上下に移動

ブロック

ギャラリー

設定

カラム

3

フルサイズ

画像を切り抜いて調整

元のサイズ

ギャラリーに並べる画像の数を設定

画像の大きさの変更

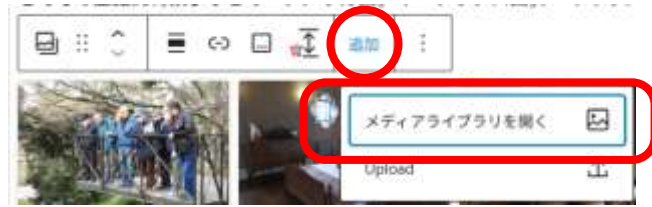
写真のサイズや縦横の比率(正方形など)を、切り抜いて整える

画像の縦横比の変更

健康歩こう会HP例会報告の投稿

○「ギャラリー」ブロックの編集方法・・・画像の追加、変更、削除、表示の順番の変更

【注意】 画像を追加する場合は予めメディアライブラリに目的の画像をアップロードしておきます。



目的の「ギャラリー」ブロックを選択し、設定メニューの「追加」ボタンをクリック→「メディアライブラリ」をクリックする。



メディアライブラリが開き、現在「ギャラリー」ブロックの画像が選ばれている(チェックのついた画像)

○画像の追加、変更、削除:画像をクリックして選択(選択解除)
→「ギャラリーに追加」ボタンをクリック

○表示の順番変更のみ:左側の「ギャラリーに編集」をクリック



写真をドラッグして順番を調整

○写真をドラッグして順番を調整
→「ギャラリーを更新」ボタンをクリック

※それぞれの写真の右上の「×」で削除も出来ます。

健康歩こう会HP例会報告の投稿

○「見出し」ブロックの使い方

基本の役割分担

- H2(大見出し):本の「章」に該当します。記事の主なテーマを区切ります。
- H3(中見出し):本の「節」に該当します。H2の内容をさらに細分化します。
- H4(小見出し):本の「項」に該当します。H3の中で具体的な例やリストを並べるときに使います。

具体的な構成例(ブログ記事の場合)

タイトル:第2ブロック忘年会開催報告

- H2:山手地区のウォーキング(章)
 - H3:港の見える丘公園(節)
 - H3:横浜山手西洋館(節)
 - H4:「ベーリック・ホール」(項)
 - H4:「エリスマン邸」(項)
 - H3:「ジェラルルの瓦工場と水屋敷跡」(節)
- H2:「大珍楼本店」での懇親会(章)

使うときのルール

- 数字の順番を守る
 - H2の次にいきなりH4を飛ばして使ってははいけません。必ず「H2 → H3 → H4」の順に深くしていきます。
- H2の中にH3は「複数」入れるのが基本
 - H2の中にH3が1つしかない場合は、細分化する必要がありません。H3を入れるなら2つ以上並べるのが綺麗です。
- デザイン目的で使わない
 - 「文字を大きく太くしたいから」という理由だけで、脈絡なくH2やH3を使ってははいけません。装飾はCSSで行います。
→ 文字の大きさや装飾は各ブロックの設定項目で行います。